

Technická univerzita v Liberci

---

**FAKULTA PŘÍRODOVĚDNĚ-HUMANITNÍ A PEDAGOGICKÁ**

**Katedra:** Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky  
**Studijní program:** Sociální práce  
**Studijní obor:** Penitenciární péče

**SYNDROM VYHOŘENÍ**  
**BURNOUT SYNDROME**

**Bakalářská práce:** 09-FP-KSS-4069

**Autor:**

Jana STEZKOVÁ (CHARVÁTOVÁ)

**Podpis:**

.....

**Adresa:**

Sosnová 474  
460 01 Liberec

**Vedoucí práce:** Mgr. Kateřina Thelenová

**Konzultant:**

**Počet**

stran	grafů	obrázků	tabulek	pramenů	příloh
72	15	4	16	53	9

V Liberci dne: 15.4. 2010

# TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI

## FAKULTA PŘÍRODOVĚDNĚ-HUMANITNÍ A PEDAGOGICKÁ

Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky

### ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(pro bakalářský studijní program)

pro (kandidát): Jana Stezková  
adresa: Sosnová 474, Liberec 460 01  
studijní obor (kombinace): Penitenciární péče  
Název BP: **Syndrom vyhoření**  
Název BP v angličtině: **Burnout Syndrome**  
Vedoucí práce: Mgr. Kateřina Sýkorová  
Konzultant:  
Termín odevzdání: 15.4.2010

Poznámka: Podmínky pro zadání práce jsou k nahlédnutí na katedrách. Katedry rovněž formulují podrobnosti zadání. Zásady pro zpracování BP jsou k dispozici ve dvou verzích (stručné, resp. metodické pokyny) na katedrách a na Děkanátě Fakulty přírodovědně-humanitní a pedagogické TU v Liberci.

V Liberci dne 20.3.2009



děkan



vedoucí katedry

Převzal (kandidát): JANA STEZKOVÁ

Datum:

11.3.2010

Podpis:



Název BP: SYNDROM VYHOŘENÍ

Vedoucí práce: Mgr. Kateřina Sýkorová

Podpis:.....

Cíl: Komplexně analyzovat problematiku syndromu vyhoření u sociálních pracovníků ve věznicích ČR.

Požadavky: Studium odborných literárních a jiných zdrojů  
Formulace teoretických východisek  
Projektování průzkumu  
Sběr dat  
Interpretace dat  
Formulace závěrů a návrh opatření

Metody: Dotazování a analýza sekundárních zdrojů

Literatura: Křivohlavý, J. Jak neztratit nadšení. 1.vyd. Praha : Grada, 1998. 131 s. ISBN 80-7169-551-3  
Kopřiva, K. Lidský vztah jako součást profese. 5.vyd. Praha : Portál, 2006. 147 s. ISBN 80-7367-181-6  
Matoušek, O. Základy sociální práce. 2.vyd. Praha : Portál, 2007. 300 s. ISBN 978-80-7376-331-4  
Kallwas, A. Syndrom vyhoření v práci a v osobním životě. 1.vyd. Praha : Portál, 2000. 171 s. ISBN 978-80-7367-299-7  
Schmidbauer W. Syndrom pomocníka. 1.vyd. Praha : Portál, 2008. 240 s. ISBN 978-80-7367-369-7

## Prohlášení

Byl jsem seznámen s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědom povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracoval samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím bakalářské práce a konzultantem.

V Liberci dne: 15. 4. 2016

Jana Stezková



<b>Název bakalářské práce:</b>	Syndrom vyhoření
<b>Název bakalářské práce:</b>	Burnout Syndrome
<b>Název bakalářské práce</b>	Ausbrennenssyndrom
<b>Jméno a příjmení autora:</b>	Jana Stezková
<b>Akademický rok odevzdání bakalářské práce:</b>	2009 – 2010
<b>Vedoucí bakalářské práce:</b>	Mgr. Kateřina Thelenová

## **Resumé**

Tato bakalářská práce se zabývala problematikou syndromu vyhoření u specialistů působících na pozici sociálního pracovníka ve Vězeňské službě České republiky. Jejím cílem bylo zjistit míru ohrožení syndromem vyhoření u těchto specialistů.

V první, teoretické části byla popsána aktuální problematika, pomocí analýzy, zpracování a prezentace poznatků z relevantních odborných zdrojů. Popisovala příčiny vzniku, projevy a fáze syndromu vyhoření, ale i jeho prevenci a možné důsledky, které s sebou tato problematika přináší. Objasňovala specifika sociální práce ve Věznicích České republiky. Popisovala práci pomáhajících profesionálů s nedobrovolnou klientelou, která se skládá z odsouzených a obviněných. Vysvětlovala poslání sociálních pracovníků a ohrožující faktory vyplývající ze specifík této profese, které mohou vést k syndromu vyhoření.

V praktické části pak popisovala prostředí, ve kterém tuto náročnou profesi respondenti průzkumu vykonávají. Smyslem této bakalářské práce, je poukázat na nezastupitelnou roli sociálního pracovníka, jako specialisty pomáhajícího v resocializaci a návratu odsouzených do společnosti. Status profesionálů, kteří působí ve vězeňství je v dnešní době u společnosti nedoceněn. Majoritní společnost, spatřuje jeho úlohu pouze ve smyslu ochrany před odsouzenými. Nad tím, že s těmito jedinci ve vězeňském prostředí v rámci programů zacházení pracují celé týmy specialistů, už se zamýšlí málokdo.

Průzkum prokázal, že sociální pracovníci ve věznicích České republiky jsou ohroženi syndromem vyhoření. Jelikož se jako více ohrožení prokázali muži, mohl by tento výsledek sloužit jako východisko k dalšímu průzkumu z pohledu genderového zatížení.

## **Klíčová slova:**

Syndrom vyhoření, sociální pracovník, Vězeňská služba České republiky, pomáhající profese, ohrožující faktory, odsouzený, obviněný, resocializace, program zacházení

**Summary:**

This bachelor thesis was considering the issues of burnout syndrome at the specialists working as the social workers at the Prison Service of the Czech Republic. The target was to find out the degree of risk of burn out at these specialists.

In the first theoretical part were described the current issues, analysis, processing and presentation of the knowledge from the relevant professional resources. It described the causes of the emergence, expression and phases of the burn out syndrome, but as well its prevention and possible consequences that this entails. It clarified the characteristics of the social work in the prisons in the Czech Republic. It described the work of helping professionals with involuntary clientele, which consist of convicted and accused. It explained the mission of the social workers and the threatening factors resulting from the specificities of this profession, which may lead to the burn out syndrome.

In the practical part is then described the environment where this demanding profession respondents survey exercise.

The purpose of this Bachelor is noted a social worker, an indispensable role as specialists that is helping in the resocialisation and return of the convicted in the society. Status of the professionals who are operating in the prison service is nowadays at the society undervalued. The majority society sees its role only in terms of protection against those convicted. The fact that with these individuals in the prison environment under the programmes of treatment is working across teams of specialists, it intends hardly anybody.

The survey has shown that the social workers in the prisons within the Czech Republic are vulnerable to the burn out syndrome. Because as more threat proved men, this result could serve as starting point for further research of gender load.

**Keywords:**

Burnout syndrome, social worker, Prison Service of the Czech Republic, helping professions, threatening factors, convicted, accused, resocialisation, treatment program,

**Annotation:**

Diese Bakkalararbeit befasste sich mit der Problematik des sogenannten Ausbrennenssyndroms bei den Spezialisten an der Position des Sozialarbeiters in dem Gefängnisdienst der Tschechischen Republik. Ihr Ziel war es festzustellen, wie hoch das Mass der Gefährdung durch das Ausbrennenssyndrom bei diesen Spezialisten ist.

Im ersten Teil wurde die aktuelle Problematik beschrieben, mit Hilfe der Analyse, Verarbeitung und der Präsentation der Erkenntnisse aus den relevanten Fachquellen. Es wurden Ursachen der Entstehung, Erscheinungen und Phasen des Ausbrennenssyndroms beschrieben, aber auch seine Prävention und mögliche Auswirkungen, die mit sich diese Problematik bringt.

Es wurden Besonderheiten der Sozialarbeit bei dem Gefängnisdienst der Tschechischen Republik aufgeklärt. Es wurde die Arbeit der helfenden Berufsleute mit dem unfreiwilligen Kundenkreis beschrieben, der aus den Verurteilten und aus den Angeklagten zusammengestellt ist. Es wurden die Mission der Sozialarbeiter und die bedrohenden Faktoren, die sich aus den Besonderheiten dieser Profession ergeben, beschrieben, die zum Ausbrennenssyndrom führen können.

Im praktischen Teil hat diese Arbeit das Niveau beschrieben, in dem die Respondenten der Untersuchung diesen anspruchsvollen Beruf ausüben.

Der Sinn und Zweck dieser Bakkalararbeit ist, auf die unvertretbare Rolle des Sozialarbeiters, als einen Spezialisten, hinzuweisen, der in der Resozialisierung und bei der Rückkehr der Verurteilten in die Gesellschaft abhilft. Der Status der Berufsleute, die im Gefängniswesen funktionieren, ist zur Zeit durch die Gesellschaft nicht hoch geschätzt. Die Mehrheitsgesellschaft sieht seine Rolle nur im Sinne des Schutzes vor den Straffälligen. Niemand denkt nach, dass ganze Spezialistengruppen im Rahmen der Programme mit diesen Menschen im Gefängnisniveau arbeiten.

Die Erforschung hat bestätigt, dass die Sozialarbeiter in dem Gefängnisdienst der Tschechischen Republik durch das Ausbrennenssyndrom bedroht sind. Wenn es sich zeigte, dass es sich als mehr bedrohten die Männer zeigten, könnte dieses Ergebnis als der Ausgangspunkt für eine weitere Erforschung unter dem Gesichtspunkt der Arbeitsbelastung Männer und Frauen dienen.

**Stichworte:**

S Das Ausbrennensyndrom, der Sozialarbeiter, das Gefängnisdienst der Tschechischen Republik, die helfenden Berufsleute, bedrohende Faktoren, der Verurteilte, der Angeklagte, die Resozialisierung, das Programm der Behandlung.



## **Poděkování**

*Děkuji především vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Kateřině Thelenové, za laskavé poskytnutí cenných rad, trpělivost a ochotu, se kterou vedla mé jednotlivé kroky při tvorbě této práce. Bez její odborné pomoci by těžko měla dnešní podobu.*

*Zvláštní poděkování patří všem přátelům a především rodině, kteří mi byli po celou dobu studia velkou oporou.*

## Seznam použitých zkratk

VS ČR

Vězeňská služba České republiky

PMS ČR

Probační a mediační služba České republiky

PČR

Policie České republiky

VTOS

Výkon trestu odnětí svobody

SV

Syndrom vyhoření

SP

Sociální pracovník

BM

Burnout measure

NGŘ

Nařízení generálního ředitele

# OBSAH

<b>ÚVOD .....</b>	<b>12</b>
<b>1 TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>14</b>
1.1 SYNDROM VYHOŘENÍ .....	14
1.1.1 Příčiny syndromu vyhoření .....	15
1.1.2 Projevy syndromu vyhoření.....	18
1.1.3 Fáze syndromu vyhoření .....	20
1.1.4 Prevence syndromu vyhoření .....	22
1.2 SOCIÁLNÍ PRÁCE VE VĚZNICI .....	23
1.2.1 Sociální pracovník jako specialista ve vězeňské službě.....	24
1.2.2 Vymezení sociální práce s klientem .....	25
1.2.3 Kompetence a úkoly sociálního pracovníka ve věznici.....	28
1.2.4 Osobnost sociálního pracovníka.....	31
1.2.5 Sociální pracovník ve věznici jako pomáhající profesionál .....	34
1.2.6 Okolnosti a příčiny pracovního stresu u sociálních pracovníků ve věznici .....	34
1.2.7 Typologie vězeňské klientely - osobnost odsouzených.....	36
1.2.8 Možnosti prevence syndromu vyhoření u sociálních pracovníků ve věznici....	39
<b>2 PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>41</b>
2.1 Prostředí průzkumu .....	41
2.2 Cíl průzkumu .....	44
2.3 Předpoklady průzkumu.....	44
2.4 Použitá metoda .....	45
2.5 Popis zkoumaného vzorku.....	48
2.6 Získaná data a jejich interpretace .....	49
2.7 Ověření platnosti předpokladů uvedeného průzkumu .....	61
2.8 Shrnutí poznatků průzkumu .....	63
<b>3 ZÁVĚR .....</b>	<b>65</b>
<b>4 NÁVRH OPATŘENÍ.....</b>	<b>66</b>
<b>5 SEZNAM INFORMAČNÍCH ZDROJŮ .....</b>	<b>68</b>
<b>6 SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>	<b>71</b>
<b>7 SEZNAM PŘÍLOH .....</b>	<b>72</b>

# ÚVOD

„Ukažte mi vaše vězení a já vám řeknu, jaká je vaše společnost.“  
Winston Churchill

Po sametové revoluci v roce 1989 nastaly velké společenské změny, které ovlivnily soukromý i profesní život každého z nás. Otevření se světu pro nás znamenalo mnoho nového, jak v kladném, tak i záporném smyslu slova. Díky rychle se měnící společnosti se zásadně změnilo společenské klima a tím i problematika sociální práce v celé své šíři. Přístup k sociálně potřebným, ale i k těm, kteří neuznávají dané společenské normy.

Tato bakalářská práce se zaměřuje na profesi sociálního pracovníka působícího ve Vězeňské službě České republiky. Podrobněji se zabývá fenoménem syndromu vyhoření u těchto specialistů, kteří mimo jiné napomáhají v resocializačních programech a usilují o úspěšný návratu klientů zpět do běžného života.

Jak se můžeme dočíst v mnoha publikacích, syndromem vyhoření nebo-li burnout efektem, jsou nejvíce ohroženi příslušníci pomáhajících profesí. Zejména pak sociální pracovníci, odborníci, kteří dennodenně pracují s lidmi. Stále větší aktuálnost tohoto problému mě přiměla se tímto tématem zabývat. Rychle se měnící společenské podmínky kladou stále vyšší nároky na profesi sociálního pracovníka obecně, a proto tak tento syndrom nabývá na intenzitě. S rostoucími požadavky na pracovníky v pomáhajících profesích se o syndromu vyhoření začalo více hovořit. Jsem zaměstnankyní vězeňské služby a také zde jsou mezi odbornými zaměstnanci sociální pracovníci. Předpokládám, že tito profesionálové, jsou syndromem vyhoření ohroženi. Cílem této bakalářské práce je komplexně analyzovat problematiku syndromu vyhoření u sociálních pracovníků pracujících ve věznicích České republiky.

**Práce má dvě základní části, teoretickou a praktickou.**

Teoretická část, se zabývá charakteristikou syndromu vyhoření, poznatky odborníků a teoriemi, které s daným tématem souvisí. Zde bude vysvětleno, co to syndrom vyhoření je, jaké jsou jeho příčiny, ale i důsledky. Sleduje hlavní zdroje vyhoření, jeho vývoj a zabývá se také okolnostmi, které mohou vznik a rozvoj vyhoření usnadňovat nebo naopak omezovat. Dále informuje o způsobech prevence a vyrovnávání se se syndromem vyhoření, burnout efektem. Tato práce se zaměřuje na analýzu sociální práce a profese sociálního pracovníka v širším pojetí. Podrobněji pak popisuje specifika práce sociálního pracovníka ve vězeňství. Jedna z jejích částí je věnovaná systému Českého vězeňství, pro snazší pochopení specifičnosti tohoto prostředí a specifika sociální práce zde.

V praktické části bude realizován průzkum, který je zaměřený na zjišťování míry ohrožení syndromem vyhoření u sociálních pracovníků ve věznicích České republiky.

Obecně víme o sociální práci mnoho. Většina sociálních pracovníků, má na rozdíl od těch, kteří pracují ve vězeňství, tzv. dobrovolné klienty. Známe faktory, které mohou ovlivnit vývoj tohoto syndromu. Analýzou sekundárních zdrojů si přiblížíme možné příčiny, které podporují vznik burnout syndromu, k jeho pochopení, je totiž třeba ucelený pohled na člověka. Nejedná se zde pouze o jeho psychický stav, ale je třeba vše nazírat z širšího pohledu. Důležitou roli zde hraje také jeho fyzický stav a to jakou má sociální oporu. Velkou úlohu v tom, jak moc je člověk ohrožen tímto syndromem, je možno spatřovat v jeho osobnosti.

Přínos této práce spatřuji v přiblížení problematiky syndromu vyhoření, v tak specifickém prostředí, jakým jsou věznice naší republiky. Nakolik jsou tito specialisté syndromem vyhoření ohroženi? Jaké okolnosti mohou být příčinou syndromu vyhoření? To by nám měl pomoci objasnit dotazník, který je hlavní výzkumnou metodou této práce. Bude rozeslán sto třinácti respondentům, působících na pozici sociálního pracovníka ve Vázebních věznicích a Věznicích pro výkon trestu a odnětí svobody v České republice, v listopadu 2009.

# 1 TEORETICKÁ ČÁST

## 1.1 SYNDROM VYHOŘENÍ

V úvodu první kapitoly se práce zabývá pojmem syndrom vyhoření. O tomto jevu bylo napsáno mnoho článků v různých časopisech. V odborné literatuře bývá většinou téma v podobě kapitoly. Monografií na dané téma je v českém jazyce pouze několik. Co to vlastně je syndrom vyhoření?

Hartl a Hartlová definují syndrom vyhoření jako „ztrátu profesionálního zájmu nebo osobního zaujetí u příslušníka některé z pomáhajících profesí; nejčastěji je spojen se ztrátou činnosti a posláním projevující se pocity zklamání, hořkosti při hodnocení minulosti; postižený ztrácí zájem o svou práci, spokojuje se s každodenním stereotypem, rutinou, nevidí důvod pro další sebevzdělávání a osobní růst; snaží se pouze přežít, nemá problémy; jde o stav konečný, ačkoliv vývoj je plíživý, a tím nebezpečný“<sup>1</sup>.

K bližšímu pochopení tohoto jevu uvádí Křivohlavý některé výroky psychologů, kteří se tímto fenoménem dlouhodobě zabývali. Podle Chernisse je „burnout reakcí na práci, která člověka mimořádně zatěžuje, je situací totálního, úplného vyčerpání sil. Burnout je pocitem člověka, který došel k závěru, že již nemůže jít dále. burnout je stav, kdy člověk ztratil naději, žese ještě něco může změnit.“ Alexandrová uvádí že „burnout je stavem totálního odcizení a to jak práci, tak druhým lidem i sama sobě.“ Stejně se s nimi shoduje i Freudenberg<sup>2</sup> podle kterého je burnout „stav vyplenění všech energetických zdrojů původně velice intenzivně pracujícího člověka (např. lidí, kteří se snaží druhým lidem v jejich těžkostech pomoci a pak se cítí sami přemoženi jejich problémy“<sup>3</sup>.

Původ pojmu syndrom vyhoření je v pojmu „burnout“, který byl poprvé použit v psychologii a v psychoterapii v 70. letech 20. století americkým psychoanalytikem německého původu Freudenbergem, který jím v roce 1974 pojmenoval dobře známý jev. Tento pojem se stal stále používanějším v 70. a 80. letech 20. století v Americe. V České republice se s ním setkáváme až v letech devadesátých. Termín „burnout“, který se v odborné psychologické literatuře používá, znamená česky doslova „vyhořet“ či „vyhoření“. Znamená to se doslova emocionálně, fyzicky a mentálně vyčerpat.

<sup>1</sup> HARTL, Pavel - HARTLOVÁ, Helena. 2000. *Psychologický slovník*. Vyd.1.Praha: Portál. s.586

<sup>2</sup> V článku Staff burnout publikovaném v roce 1974 v časopise Journal of Social Issues – popsal syndrom vyhoření a díky jeho popisu se v následujících letech strhl obrovský zájem psychologů o tuto nemoc, což vedlo k poměrně podrobnému popsání jak vývoje, tak následků i prevence této choroby. Sám byl psychoanalytik pracující s dobrovolníky v pomocných profesích zejména v zařízeních provozujících paliativní péči, na kterých tento syndrom pozoroval a díky tomu ho i popsal. FREUDENBERGER, H.,J. Staff burn-out. J.Soc.Issues, č.30, ročník: 1974, s. 159-165) dostupné z: [http://cs.wikipedia.org/wiki/Herbert\\_Freudenberg](http://cs.wikipedia.org/wiki/Herbert_Freudenberg) [on-line 20.6.2009]

<sup>3</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 1998. *Jak neztratit nadšení*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing. s.47

Schmitzbauer uvádí, že české slovo vyhoření je doslovný překlad anglického burnout – jako když dohoří lampa, ve které došel olej. K vysvětlení pojmu burnout uvádí toto přirovnání, kdy „mezi motorkáři je burnout opotřebením pláště, kdy se při brzdění přední brzdou zadní kolo protáčí a pneumatika se tak silně zahřívá, že začne čoudit nebo dokonce hořet. Takto lze pneumatiku „ojet“ během několika minut, aniž se jezdec dostane byt' jen o metr dál“<sup>4</sup>.

Na základě dosud řečeného, budeme v rámci této BP za syndrom vyhoření považovat, mentální a fyzické vyčerpání, ztrátu smysluplnosti svého snažení, celkovou únavu vedoucí ke ztrátě zájmu ve své práci dále pokračovat.

### 1.1.1 Příčiny syndromu vyhoření

Samotný život dnešní společnosti s neustále rostoucím životním tempem a důrazem na vysoký a kvalitní výkon každého jedince, může být též příčinou burnout. Zátěžovými situacemi, které ovlivňují vznik a rozvoj vyhoření, jsou konfliktní situace, stres a frustrace jak v běžném, tak i profesním životě. Osobnostní dispozice, to jak se dokážeme s těmito situacemi vyrovnávat, může dále ovlivnit vznik a rozvoj vyhoření. Někteří jedinci dokáží fungovat bez závažnějších obtíží i za velké zátěže, jakoby se jich stres vůbec netýkal. Oproti tomu riziková skupina náchylná k burnout zahrnuje lidi s vyvinutým nutkáním k dokonalosti, nevěřících ve své schopnosti, negativistických, zacházejících nevhodně se svými tělesnými i duševními rezervami. Syndrom vyhoření pochází z různých zdrojů, které se vzájemně doplňují a posilují ve svém problematickém působení<sup>5</sup>.

Dalo by se říci, že mezi nejrizikovější pracoviště patří ta, kde výdej převáží nad příjmem. Tam, kde zaměstnanci pracují s vysokým nasazením a paradoxně se jim dostává malého uznání od druhých, nejsou za svou práci řádně oceněni. Syndrom vyhoření není jen otázkou profesního života člověka, ale celé jeho existence a často i samotného smyslu.

Jako jednu z příčin uvádí Schmidbauer tzv. syndrom pomáhajícího, který vysvětluje jako narcistickou poruchu, jejímž prostřednictvím pracovník v pomáhající profesi řeší, většinou nevědomě, své rané trauma odmítnutého dítěte<sup>6</sup>. Každý jedinec má určité fyzické i psychické dispozice, které ovlivňují míru ohrožení syndromem vyhoření.

---

<sup>4</sup> SCHMIDBAUER, Wolfgang. 2008. *Syndrom pomocníka*. Vyd.1. Praha: Portál. s.217

<sup>5</sup> KALLWASS, Angelika. 2007. *Syndrom vyhoření v práci a osobním životě*. Vyd.1. Praha: Portál. s.108

<sup>6</sup> SCHMIDBAUER, Wolfgang. 2008. *Syndrom pomocníka*. Vyd.1. Praha: Portál. s.31

### **Snížené riziko vzniku syndromu vyhoření je zaznamenáno u lidí<sup>7</sup>:**

- s dobrou sociální oporou jak na pracovišti, tak v osobním životě,
- dostatečně asertivních,
- schopných organizovat svůj čas, oddělit pracovní a mimopracovní život,
- schopných odpočívat,
- ovlivňujících charakter a pestrost své práce,
- optimistických a spokojených se svým životem, s pocitem osobní pohody, pozitivně laděných,
- s přiměřenou sebedůvěrou a sebehodnocením,
- s pocitem adekvátního společenského a ekonomického uznání své profese,
- vrozeně odolných vůči stresu.

Z uvedeného výčtu je patrné, co je důležité pro to, aby jedinec nepodlehł syndromu vyhoření. Základem je bezesporu jeho silná osobnost s optimistickým a smysluplným náhledem na život, ale i přiměřená míra sociální opory, uznání jak v zaměstnání, tak i v soukromém životě.

### **Zvýšené riziko vzniku syndromu vyhoření je popisováno u lidí<sup>8</sup>:**

- kteří mají dlouhodobý a intenzivní kontakt s jinými osobami – klienty, pacienty, žáky, zákazníky atd.,
- s nedostatečnými sociálními oporami a zázemím,
- pracující původně s vysokým nasazením,
- idealistických,
- původně velmi obětavých, s vysokou mírou empatie,
- málo asertivních,
- soutěživých,
- zodpovědných, pečlivých, až pedantských, perfekcionistických,
- neschopných relaxace,
- zatížených navíc mimopracovními náročnými situacemi,

---

<sup>7</sup> ŠVINGALOVÁ, Dana. 2006. *Stres a vyhoření u profesionálů pracujících s lidmi*. Vyd.1. Liberec: Technická univerzita v Liberci. s.52

<sup>8</sup> Tamtéž, s.54



- žijících pod časovým tlakem,
- málo sebevědomých, s nízkým sebehodnocením,
- úzkostných, depresivně laděných,
- považujících svou profesi za společensky podceňovanou,
- trpících syndromem pomáhajících.

Rizik, která ohrožují pracovníky syndromem vyhoření, je mnoho, ale mají jedno společné. Mohou ohrozit pouze ty jedince, kteří nejsou silnou osobností a neodhadnou či přecení své síly.

**Křivohlavý uvádí jako okolnosti pro burnout příznačné<sup>9</sup>:**

- zátěž a přetížení – stresory převažují nad salutory a dochází k distresu,
- frustrace a nespokojení našich potřeb a očekávání,
- negativní vztahy mezi lidmi, malá míra valence, převažuje devalvace,
- přílišná emocionální zátěž,
- vliv prostředí, pracovních podmínek a organizace práce.

Stres, který je významným činitelem burn-out, je definován jako vztah mezi dvěma silami, které působí protikladně, obě tyto síly jsou definovány subjektivně.<sup>10</sup> Termín subjektivně zde znamená, že to, co jeden zvládne, druhý může pociťovat jako nepřekonatelnou překážku. Stejně je tomu i s frustrací. Je-li člověk frustrován a nedochází k naplnění jeho potřeb, které je možné spatřovat například v nespokojenosti s výsledky své práce, nebo nedostatečné ohodnocení ze strany nadřízeného, bude již hůře snášet další možné zátěže, které se mohou vyskytnout. Každý jedinec má jiný frustrační práh, to, co jeden zvládne, jiný zvládnout nemusí, také se frustrační zážitky mohou načítat a hromadit. K psychickému vyhoření dochází často tam, kde jsou kladeny velké nároky na kladné emocionální vztahy mezi lidmi. Tak tomu může být v případě pracovníků sociálních služeb, kteří jsou vystaveni stěžujícím si klientům, ale i pracovníků policie či vězeňské služby, ke kterým se často „klienti“ chovají hrubě. Také pracovní podmínky a prostředí mohou napomáhat při vzniku burnout<sup>11</sup>.

Podle Matouška mohou specificky přispívat k rozvoji syndromu vyhoření například pracoviště, kde není věnována pozornost potřebám personálu, noví členové nejsou zacvičeni personálem zkušeným a nemají tak příležitost sdělit někomu kompetentnímu, na jaké potíže při práci narazili, a poradit se s ním o možných řešeních. Nemají také možnost supervize.

<sup>9</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 1998. *Jak neztratit nadšení*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing. s.27-30

<sup>10</sup> Tamtéž, s.27

<sup>11</sup> Tamtéž, s. 27-30

Jako dostačující podmínku pro vznik syndromu vyhoření také uvádí v případě pracovníka s tvořivými ambicemi nedostatek prostoru pro vlastní kreativitu, považování se za pouhé „kolečko ve stroji“. Také soupeřivá atmosféra na pracovišti psychické pohodě zaměstnanců nepříspívá. Jak uvádí Maroon obecně platí, že vyšší vzdělání disponuje k rychlejšímu nástupu syndromu vyhoření než nižší vzdělání<sup>12</sup>, pravděpodobně proto, že lidé s vyšším vzděláním očekávají od své práce více a více do ní investují. Doba strávená na jedné pracovní pozici v jednom zaměstnání podle přehledu téhož autora, také pozitivně koreluje s intenzitou syndromu vyhoření (nikoli věk pracovníka)<sup>13</sup>. Jednou z příčin syndromu vyhoření může být i tzv. **mobbing**. Jedná se o cílenou, systematickou, často velmi jemně prováděnou agresi na pracovišti<sup>14</sup>. Pojem pochází z anglického slova „to mob“, což znamená urážet nebo utlačovat. Není to samozřejmě fenomén konce dvacátého století. Spory o kompetence, revnivost, závist, pomlouvání, záměrné ponechávání v nejistotě atd., to všechno se vyskytovalo i dříve.

Dnes, v době sílící nejistoty, pokud jde o pracovní místa, v době, kdy lidé ztrácejí práci v důsledku systémových změn, v době kdy vládne vysoká nezaměstnanost a obavy z hospodářsky horších časů, které možná přijdou, se mobbing šíří v dosud nevídaných rozměrech. Mobbing je cílený psychoteror. Stres způsobený mobbingem se připojuje k víceméně obvyklému pracovnímu stresu a následky na sebe nenechají dlouho čekat. Z duševní zátěže se vyvíjí zátěž tělesná a postižený může skončit ve stavu pracovní neschopnosti<sup>15</sup>.

Z dosud řečeného vyplývá, že syndromu vyhoření může podlehnout jedinec, který je nespokojen či frustrován v některé ze svých životních rolí. Přílišná emocionální zátěž a neuspokojivé podmínky na pracovišti, jsou frustrující. Přidají-li se k tomu další ohrožující faktory, nastává těžko zvládnutelná situace, která může skončit syndromem vyhoření.

### 1.1.2 Projevy syndromu vyhoření

Člověk, který se propadá do stavu psychického vyhoření, prožívá celou řadu negativních citových stavů a těžkých myšlenek, pociťuje snížené sebehodnocení, které může vyplývat z pocitu nedostatečné profesní kompetence, je negativistický a podrážděný. Tento stav se může vystupňovat až k hostilitě. Spolupracovníci si mohou všimnout celkově snížené výkonnosti a klient tento pracovníkův stav může pociťovat jako nezájem.

---

<sup>12</sup> MAROON, Istifan in MATOUŠEK, Oldřich, a kol. 2003. *Metody řízení sociální práce*. Vyd.1. Praha: Portál. s.58

<sup>13</sup> Tamtéž, s.58

<sup>14</sup> KALLWASS, Angelika. 2007. *Syndrom vyhoření v práci a osobním životě*. Vyd.1.Praha: Portál. s.19-20

<sup>15</sup> Tamtéž, s.19-20

To, že postižený syndromem vyhoření ztrácí zájem o své okolí, se projeví i v jeho soukromém životě. U většiny jedinců jsou v různém stupni zasaženy centrální psychofyzické funkce, projevující se celou řadou obtíží. Dochází tak ke ztrátě zdraví.

Podle Baštecké a Goldmanna je zdraví spojením čtyř hlavních oblastí: **těla, osobnosti, vztahů a ducha**.<sup>16</sup> Tyto složky jsou chápány jako systém, který je integruje. Taktéž uvádějí souhrn teorií Seedhouse z roku 1986. První teorie pojímá zdraví jako ideální stav. Druhá teorie ho vymezuje jako úroveň tělesné a duševní zdatnosti umožňující každodenní činnost a jestliže nesplní tuto úroveň, musí se přizpůsobit roli nemocného. Další teorii z jeho souhrnu tvoří soubor menších teorií, které považují zdraví za osobní sílu či určitou schopnost těla, intelektu a nebo metafyziky. Podle Křivohlavého existuje těchto teorií až sedm<sup>17</sup>:

- Zdraví je pojato touto teorií jako synonymum pro určitý druh síly různé intenzity, která může být oslabována a nebo znovu získána a která pomáhá člověku překonávat překážky.
- Zdraví zosobňuje vnitřní duchovní sílu, která bývá pojmenována i jako schopnost přizpůsobení a nebo vitalita projevující se až v zátěžových situacích za účelem dosahování vyšších cílů.
- Zdraví je charakterizované jako odolnost člověka, která chápe životní úlohy jako výzvy.
- Vyjadřuje schopnost člověka spojit a přizpůsobit prostředí a životní styl.
- Představuje integraci dobré tělesné kondice duševní pohody a určité připravenosti.
- V tomto pojetí zobrazuje zdraví hmotný majetek či statek, který člověk používá. Může být ve formě lékařského zákroku, léčiv a nebo léčebných kúr.
- Zosobňuje biopsychosociální strukturu a nejen jako nepřítomnost chorobných příznaků.

Z těchto sedmi teorií vytvořil Křivohlavý svoji vlastní definici zdraví, kdy říká, že „zdraví je celkový (tělesný, psychický, sociální a duševní) stav člověka, který mu umožňuje dosahovat optimálně kvality života a není překážkou osobnímu snažení druhých lidí“<sup>18</sup>.

Dílčím závěrem, který vyplývá z dosavadního textu a který je významný pro porozumění zkoumané problematice je shrnutí, že syndrom je skupina příznaků. Patří sem tedy celá řada projevů, které můžeme rozdělit do oblasti emocí, kdy je postižený buď popudlivý, nebo sklíčený, dále do oblasti mezilidských vztahů, což se může projevit sníženou ochotou pracovat s lidmi, stažením se do sebe, různými konflikty v profesním ale i soukromém životě.

<sup>16</sup> BAŠTECKÁ, Bohumila – GOLDMANN, Petr. 2001. *Základy klinické psychologie*. Vyd.1. Praha: Portál. s.239 - 296

<sup>17</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychosomatika a zdraví*. [on line] [ 2009-06-24] Dostupné z <http://cs.wikipedia.org/wiki/Psychosomatika>

<sup>18</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychosomatika a zdraví*. [on line] [ 2009-06-24] Dostupné z <http://cs.wikipedia.org/wiki/Psychosomatika>

Z tělesných příznaků jsou to nejčastěji pocity únavy, potíže se spánkem, jídlem, vysokým krevním tlakem a nejrůznější tělesné bolesti např. hlavy, zad, atd. Je možné říci, že tento syndrom zasahuje na nejrůznějších místech celou psychosomatickou oblast jedince. Tyto příznaky, které jsou založeny na subjektivním vnímání, by neměl nikdo podceňovat. Začít řešit vznikající problém hned v jeho počátku, může být důležitým krokem k zachování si plného zdraví. Z dosud řečeného vyplývá, že ztráta zdraví podstatně snižuje kvalitu života, a to jak na úrovni profesní tak soukromé.

Jak poznat blížící se syndrom vyhoření, nám napoví následující analýza jeho fází.

### **1.1.3 Fáze syndromu vyhoření**

Syndrom vyhoření nemusí být vždy výsledkem dlouhodobě trvajících procesu. Jak uvádí Matoušek, může vzniknout poměrně rychle od doby nástupu pracovníků do zaměstnání; u disponovaných jedinců vystavených nepříznivým podmínkám již za několik týdnů až měsíců. U některých osob jeho vzniku předchází období vysokého pracovního nasazení, během něhož se pracovník snaží dosáhnout nejlepšího představitelného výsledku. Proces vývoje syndromu vyhoření může mít povahu lineárního stupňování, které případně končí opuštěním stresujícího zaměstnání. Nebo se syndrom vyhoření může vyvíjet v cyklech, během nichž pracovník někdy nachází řešení svých těžkostí, a posléze se zase propadá do obranné pasivity<sup>19</sup>.

Podle Smidbauera je jedním z prvních signálů vyhoření nadměrná angažovanost, jelikož postižené osoby pracují téměř neustále a nepřipouštějí si negativní pocity. K normálnímu životu patří střídání práce a volného času, zatímco postižení lidé si idealizují práci jako cosi naprosto uspokojujícího, a předstírají, že žádné zotavení nepotřebují. Jednou se ale přetěžovaná fasáda zhroutí, nebude možné popřít, že se nároky rozcházejí s prožitky úspěchu a že člověk ohrožený vyhořením nedorostl vlastním požadavkům. Prvními varovnými signály jsou chronická únava a nechuť pouštět se do práce. Postižení už nedokážou zpracovávat nezdary a zátěže, kterým se žádná práce nevyhne. Dostávají se pocity viny, snižování vlastní osoby, stísněná nálada. Velkou roli zde hrají takové okolnosti jako nevyvinutý soukromý život, neuspokojivě uspořádaný volný čas, nedostatek motivace nebo zúžené spektrum zájmů. Po fázi, kdy silí pocity, že je člověk vyčerpaný může jako další stádium přijít ubývání výkonnosti. Postižení se začínají dopouštět chyb, mizí jejich angažovanost i schopnost a ochota podávat výkony. Nejsou schopni zpracovávat kritiku, často dochází k onemocnění.

---

<sup>19</sup> MATOUŠEK, Oldřich, a kol. 2003. *Metody řízení sociální práce*. Vyd.1. Praha: Portál. s.57

K symptomům depresivního vývoje se přidávají tělesné symptomy<sup>20</sup>. Ztracené profesní sebevědomí zasahuje i neprofesní vztahy. Postižení se tak mohou stát osamělými.

Závěrečná fáze vývoje syndromu vyhoření je extrémní případ, s kterým se nesetkáváme tak často. Schmidbauer hovoří o kompenzovaném vyhoření, které se projeví nechutí a defenzivním postojem, který může ovlivnit i další členy kolektivu a Ti rovněž ztrácejí zájem o práci. Uvádí i příklady deprofesionalizace<sup>21</sup>.

Křivohlavý též uvádí, že vyhořování, vyčerpávání psychických sil a nadšení, není statickým jevem ale procesem, který má svůj začátek, průběh a výsledný stav. Jako nejjednodušší pojetí fází procesu burnout uvádí toto<sup>22</sup>:

1. Idealistické nadšení a přetěžování.
2. Emocionální a fyzické vyčerpání.
3. Dehumanizace druhých lidí jako obrany před vyhořením.
4. Terminální stadium: stavění se proti všem a proti všemu a objevení se syndromu burnout v celé jeho pestrosti („sesypání se“ a vyhoření všech zdrojů energie).

Poslední fáze může být počátkem psychosomatického onemocnění, které vzniká na podkladě projekce negativních emocí do tělesné oblasti člověka. Zdrojem negativních emocí v podmínkách dnešní moderní civilizace je obvykle chronické přetěžování organismu, mluvíme o tzv. chronickém stresu, nezanedbatelnou roli v tomto procesu mohou však hrát i dědičné faktory. Jinými slovy pacient se nedokáže vyrovnat s problémy ve svém okolí nebo není schopen zvládnout různé zátěžové životní situace. Vzniká duševní neklid jako úzkost, deprese, poruchy spánku nebo emoční labilita. Poté je narušena neurovegetativní rovnováha organismu, což znamená, že je narušena rovnováha mezi sympatickým (aktivizujícím) nervovým systémem a parasympatickým (tlumícím) nervovým systémem. Následně dochází k poruše činnosti řady vnitřních orgánů (srdce, plíce, žaludek, žlučník, střeva, ledviny, močový měchýř atd.) nebo svalů a ne zřídka s tím spojený i vznik bolesti. Psychosomaticky podmíněná bolest je zvláštní kapitolou chronické bolesti. Jinými slovy, bolest duše v podobě negativních emocí jako smutek, zlost, starost, strach, beznaděj, závist nebo pocit křivdy se projeví bolestí těla<sup>23</sup>.

Následovně popisuje Schmidbauer, jak se syndrom vyhoření může projevit v prožívání člověka. Od počáteční fáze, kdy jedním ze signálů je nadměrná angažovanost, přecházející

<sup>20</sup> SCHMIDBAUER, Wolfgang. 2008. *Syndrom pomocníka*. Vyd.1. Praha: Portál. s.220

<sup>21</sup> Tamtéž, s.218-223

<sup>22</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 1998. *Jak neztratit nadšení*. Vyd.1. Praha: Grada Publishing. s.61

<sup>23</sup> PSYCHOSOMATICKÉ ONEMOCNĚNÍ. [on line] [2009-06-28] Dostupné z: <http://www.czechhomeopathy.cz/>

do chronické únavy. Slábnutí výkonnosti vede ke ztrátě profesního sebevědomí a poškození soukromého života. Postižení přerušují kontakty, nepěstují svá stará přátelství, nedělají nic, když partner odchází nebo se s nimi nechává rozvést. Jsou osamělí<sup>24</sup>.

Jen ten, kdo hoří a včas si neuvědomí nebo nepřizná své potíže, může vyhořet. Každý kdo přichází s obrovským nadšením a nepřizpůsobí své síly a možnosti realitě, toto nadšení i síly postupně ztrácí a může dojít k jejich úplnému vyčerpání. Znalost fází může zabránit tomu, aby u jedince došlo k úplnému vyčerpání psychických a fyzických sil, je jednou z prevencí před absolutním vyhořením.

#### **1.1.4 Prevence syndromu vyhoření**

To, jaké máme osobnostní dispozice, můžeme ovlivnit pouze z části. Z životních zkušeností máme naučené způsoby zvládání stresu, vyrovnávání se s frustrací. Základem je uvědomění si problému. Při studiu i následném vzdělávání, v přípravě na práci v pomáhající profesi, by měl být obsažen výcvik v sociálních dovednostech. Nejen teoretické, ale i praktické zvládání situací při přímé práci s klienty. Při nástupu do zaměstnání by měl být nový pracovník dostatečně zaučen pracovníkem zkušeným.

Prevencí je též osvojení si technik předcházení a snižování stresu, plánování úkolů, oddělení práce a osobního života, snaha o profesionální růst. Obranou je i víra ve smysl poslání a vědomí toho, že je stále se na co těšit. Duševní hygiena a relaxace jsou velice důležité, stejně jako udržení si jistého odstupu od klientů.

Nedílnou součástí prevence by měla být supervize. Hawkins a Shohet ji popisují jako ústřední formu podpory, při níž se můžeme nejen soustředit na vlastní obtíže v práci, ale také se podělit se svým supervizorem o část odpovědnosti za práci s klienty. Supervize je též součástí našeho neustálého profesního učení a vývoje<sup>25</sup>. Je jí věnována velká pozornost zejména v oblasti psychologie a medicíny, méně už však v dalších odvětvích. Při přípravě na profesi se s ní setkáváme teoreticky, méně už ale v praxi.

Součástí prevence je dodržování zdravého životního stylu, dostatečného odpočinku, volného času pro aktivní zájmy a záliby. Dobré rodinné zázemí a vztahy s přáteli a spolupracovníky. Základem prevence syndromu vyhoření je uvědomění si možného problému, snaha postiženého jedince případné obtíže překonat. Krivohlavý uvádí 59 způsobů, jak se bránit stresu, distresu a burnout<sup>26</sup>.

---

<sup>24</sup> SCHMIDBAUER, Wolfgang. 2008. *Syndrom pomocníka*. Vyd.1. Praha: Portál. s. 220

<sup>25</sup> HAWKINS, Petr – SHOHEIT, Robin. 2004. *Supervize v pomáhajících profesích*. Vyd.1. Praha: Portál. s.34

<sup>26</sup> Viz příloha č.1, KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak neztratit nadšení. 59 způsobů, jak se bránit stresu, distresu a burnout*. Vyd.1. Praha : Grada Publishing. str 117-126

Z dosud řečeného vyplývají obecné parametry syndromu vyhoření, v následujícím textu se zaměříme na konkrétní prostředí jeho vzniku a rozvoje, kterým je sociální práce.

## 1.2 SOCIÁLNÍ PRÁCE VE VĚZNICI

Sociální pracovník je zaměstnancem Vězeňské služby České republiky (dále jen VS ČR), působí ve vazebních věznicích a věznicích pro výkon trestu odnětí svobody, nově též



Obr. č.1: Znak  
VS ČR

v Ústavech pro výkon zabezpečovací detence. Ve své činnosti, tzv. penitenciární sociální péči připravuje informace pro zpracování sociální anamnézy především pro účely resocializačního procesu a plní další úkoly v souladu s funkčními povinnostmi<sup>27</sup>.

Výkon vězeňství je možné bezpochyby vnímat jako určitou silovou složku působící ve státu, která je dána zcela specifickými pravomocemi, jež umožňují za určitých okolností výkon funkcí pracovníků ve vězeňství i za cenu použití donucení. Tento stav se logicky odráží v potřebě precizně vymezit práva a povinnosti nejen na straně pracovníků ve vězeňství, ale i na straně osob, po kterých jsou určité povinnosti žádány<sup>28</sup>.

Sociální pracovník ve vězeňství svým působením napomáhá obviněnému nebo odsouzenému orientovat se a hledat cesty uspořádání si svých sociálních vztahů k svým nejbližším, ke společenství ve kterém žil, včetně zaujmutí pozitivnějšího postoje ke společnosti, jejím normám a hodnotám. Napomáhá odsouzenému nebo obviněnému řešit jeho sociální situaci, podněcuje ho, aby se zabýval svým sociálním vývojem. Znalost sociálního vývoje a sociální situace je předpokladem, aby mohla být obsahem penitenciárního resocializačního působení, jehož cílem je připravit odsouzeného na život ve společnosti tak, aby dokázal předcházet regresivnímu sociálnímu vývoji. Na trestnou činnost pachatele lze také nahlížet jako na sociální selhání, kdy jedinec není schopen respektovat určitá pravidla a hodnoty. Sociální pracovník na základě poznání sociální situace, sociálního vývoje pachatele trestné činnosti a jeho úrovně sociální vyzrálosti se podílí na sestavování resocializačního programu, který je cílený k individualizované sociální reintegraci<sup>29</sup>.

Úloha sociálního pracovníka ve vězeňství nebyla vždy taková jako dnes. Za posledních padesát let došlo v systému vězeňství k mnoha změnám, které byly ovlivněny politickým vývojem. K roku 1967 se datuje vznik Výzkumného ústavu penologického, který byl součástí tehdejšího Sboru nápravné výchovy. Odborný tým psychologů, pedagogů a právníků v čele

<sup>27</sup> ŠTĚRBA, Vladislav. 2007. *Penologie*. Vyd.1. Praha: Armex publishing. s. 117

<sup>28</sup> KAHOUN, Vilém a kol. 2007. *Vybrané kapitoly k sociální práci –sociální práce II*. Praha: Triton. s.224

<sup>29</sup> ŠTĚRBA, Vladislav. 2007. *Penologie*. Vyd.1. Praha: Armex publishing. s. 118

s Jiřím Čepelákem<sup>30</sup>, se zabýval studiem osobnosti vězněného pachatele, možnostmi jeho nápravy a podmínkami pro resocializaci v nápravně výchovných ústavech. Z této činnosti vycházela mimo jiné i **metodická pomoc specialistům**, pedagogům, psychologům, **sociálním pracovníkům**, pracujícím v terénu přímo s vězni. Zrušením Výzkumného ústavu penologického, kterému předcházelo stupňující se využívání státní moci vůči zastáncům lidských práv (zejména vzniku Charty 77), byla zásadním způsobem ochromena odborná činnost ve vězeňství a zastaveny pozitivní změny, které měly svůj původ v dílčí reformě vězeňství z roku 1968. **Uplatňování pedagogicko psychologických zásad komunikace s vězni, bylo zastíněno vyžadováním prvků vojenské kázně u odsouzených a obviněných, což mělo dopad i na práci sociálního pracovníka**<sup>31</sup>.

Po listopadu 1989 dochází k další zásadní změně, obnově demokratického státu, od které se odvíjí i změny v českém vězeňství. Postupná **humanizace** a změny v přístupu k obviněným a trestaným jsou zásadní. V roce 1990 byl zrušen výkon trestu smrti a nejpřísnějším trestem se stává trest doživotní. Nezbytným krokem byla též **demilitarizace** vězeňství. 1.1.1993 vznikla Vězeňská služba České republiky na základě zákona o vězeňské a justiční stráž<sup>32</sup> tak, jak ji známe dnes.

### 1.2.1 Sociální pracovník jako specialista ve vězeňské službě

Vězeňská služba je specifická svou klientelou i prostředím. Sociální pracovník zde pracuje ve specifickém systému, kde je součástí nejen užšího kolektivu specialistů jako jsou vychovatelé, speciální pedagogové, psychologové atd., ale i kolegů příslušníků, kteří zajišťují ostrahu, předvádějí a eskortují osoby. Dále dohlíží na dodržování zákonem stanovených podmínek výkonu vazby a výkonu trestu odnětí svobody. Je specialistou, který musí s dalšími profesionály ve věznici spolupracovat a znát náplň jejich činnosti. Sociální práce v systému vězeňství se řídí především zákony a předpisy upravující činnost VS ČR<sup>33</sup>, které jsou v tomto prostředí závazné a prvořadé. Všichni tito specialisté soustavně působí prostřednictvím **programů zacházení** na odsouzené a obdobně i obviněné, s cílem vytvořit předpoklady pro jejich nekonfliktní způsob života po propuštění na svobodu. Penitenciární sociální péče, která

<sup>30</sup> KÝR, Aleš. Portrét doc. PhDr. Jiřího Čepeláka, CSc. *České vězeňství. č.2-3/1999*. Vydavatel: Vězeňská služba České republiky

<sup>31</sup> BAJCURA, Lubomír. Nástin periodizace dějin vězeňství v českých zemích v letech 1945–1969. In: *České vězeňství*. roč. 6. 1999. č. 2–3. s. 1–127

<sup>32</sup> Zákon č.555/1992 Sb. o Vězeňské službě a justiční stráž<sup>32</sup> ČR, v platném znění

<sup>33</sup> Listina základních lidských práv a svobod, Ústava ČR, v platném znění, Zákon č.555/1992 Sb. o Vězeňské službě a justiční stráž<sup>32</sup> ČR, v platném znění, Zákon č.169/1999 Sb. o výkonu trestu odnětí svobody, v platném znění, Řád o výkonu trestu odnětí svobody – vyhláška č.345/1999 Sb., v platném znění, Zákon č.293/1993 Sb. o výkonu vazby, v platném znění, Řád výkonu vazby - vyhláška č.109/1994, v platném znění. Zákon č.106/1999 Sb. o svobodném přístupu k informacím, v platném znění, Nařízení a metodické pokyny generálního ředitele VS ČR, v platném znění, Interní předpisy věznic - vnitřní řád věznic, metodická nařízení a pokyny ředitele věznic, ve znění pozdějších předpisů



je vykonávána ve věznici pro výkon vazby a pro výkon trestu sociálním pracovníkem VS ČR, se vztahuje k **resocializačnímu procesu** a jeho cílům<sup>34</sup>.

Sociální pracovníci se ve Vazebních věznicích věnují též obviněným. Vazba není trestem ale opatřením, které se vykonává dvěma formami a to pevnou nebo volnou vazbou. Tradiční výkon vazby pevnou formou, představuje z psychologického hlediska výraznou, mnohdy extrémní zátěžovou situaci zejména pro ty obviněné, kteří se v této situaci nacházejí poprvé. Jinak bude situaci prožívat **prvoobviněný**, jinak **recidivista** opakovaně se nacházející ve vazbě. Prožitek psychické zátěže záleží na jejich psychické vybavenosti a připravenosti ke zvládání náročných životních situací. Jako neúnosnou, extrémní zátěž bude vazební situaci prožívat jedinec psychicky labilní s adaptačními problémy.<sup>35</sup> Stejně mohou prožívat uvěznění i **prvotrestaní**. Zde je úloha sociálního pracovníka velmi důležitá. Je jedním z týmu, který pomáhá řešit prvotní problémy související s uvězněním. Na něho se obracejí klienti o radu a o pomoc. Práce s těmito lidmi, kteří prožívají krizovou životní situaci, není nejsnadnější. Je třeba zvolit správný přístup a zde se projeví to, jak dokáže sociální pracovník uplatnit svou osobnost v komunikaci, získat si důvěru svého klienta.

### 1.2.2 Vymezení sociální práce s klientem

Náplň práce sociálního pracovníka bychom mohli rozdělit na přímou práci s klienty a práci administrativní. Přímá práce s klienty zahrnuje sociálně právní poradnu, kterou využívají obvinění i odsouzení. Volnočasové aktivity se týkají pouze odsouzených, jsou součástí jejich resocializačního programu.

U klientů, kteří jsou dodáni do výkonu vazby Policií České republiky (dále jen PČR) řeší sociální pracovník věci neodkladné, které si na rozdíl od odsouzených, kteří by měli nastupovat do výkonu trestu dobrovolně a tudíž mít všechny záležitosti vyřízeny před nástupem. Odsouzení jsou také do věznice přivázeni PČR, neboť výkon trestu nenastoupí, i s nimi je třeba řešit podobné problémy. Předpokládá se, že s odsouzenými odcházejícími na svobodu, by se měli zařizovat takové administrativní záležitosti, jako například platnost osobních dokladů, zajištění bydlení, případně kontakt na zaměstnavatele.

Stejně jako ostatní pomáhající profese i sociální pracovníci ve vězeňství se zabývají poradenstvím, právě u nich je to odborné sociální poradenství<sup>36</sup>, kterým poskytují přímou pomoc při řešení sociálních problémů klientům. Podle potřeb osob, které o pomoc požádají (odsouzení si vyplní oficiální žádanku o rozhovor se sociálním pracovníkem), je uskutečněno

<sup>34</sup> ŠTĚRBA, Vladislav. 2007. *Penologie*. Vyd.1. Praha: Armex publishing. s. 117

<sup>35</sup> Tamtéž, s. 76

<sup>36</sup> Zákon č.108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění

jejich setkání. Odsouzeným se často rozpadá manželství, odmítá je rodina, tím ztrácejí zázemí, bydliště, v neposlední řadě přicházejí o zaměstnání. Sociálním pracovníkem jsou jim podávány informace o tom, kde a jak je jejich problém upraven právní normou, u které instituce nebo orgánu uplatnit právní nárok či splnit nějakou povinnost. Sociální pracovník ve věznici neprovádí výpočty důchodů, dávek státní sociální podpory a sociální péče, nezastupuje vězněné osoby u soudu a ani neřeší jejich trestnou činnost. Sociální pracovník se nepřiklání k žádnému řešení, pouze předkládá klientovi dostupné možnosti a vysvětlí mu jejich možný důsledek.

Podle potřeb osoby, která pomoc vyhledala, lze rozlišit šest základních typů pomoci<sup>37</sup>:

- podáním jednoduchých věcných informací,
- poskytování rad,
- prostřednictvím učení,
- prostřednictvím psychologického náhledu,
- prostřednictvím přímé akce,
- vyvolané změnou systému.

Významný je především průběh poradenského procesu, který klade důraz na vybudování důvěry klienta k poradci a je v podstatě základem úspěšně vykonané sociální práce. Nejčastěji používané metody, které jsou užívány jsou rozhovor, dotazník, pozorování a anamnéza.

Chtěla bych zde zmínit alespoň několik předpisů, které jsou předpokladem pro účelnou



Obr. č. 2: Paragrafy pod lupou

a kvalitně odvedenou sociální práci, neboť sociální pracovník je denně vystavován dotazům vězněných osob, které jsou zaměřeny právě do oblastí sociálně-právní sféry. Základní předpisy se týkají zejména otázek, které kladou sociálnímu pracovníkovi obvinění a odsouzení, aby mohli vyřešit své existenční a rodinné problémy již za výkonu trestu, nebo při odchodu na svobodu. Současné formy sociální péče

jsou sociální dávky, služby sociální péče a sociálně politická opatření, která jsou formulována právními normami<sup>38</sup>.

<sup>37</sup> KAHOUN, Vilém a kol. 2007. *Vybrané kapitoly k sociální práci –sociální práce II*. Praha: Triton. s. 195

<sup>38</sup> Zákon č. 100/1988 Sb., o sociálním zabezpečení, v platném znění, Zákon č. 111/2006 Sb., o pomoci v hmotné nouzi, v platném znění, Zákon č. 114/1988 Sb., o působnosti orgánů ČR v sociálním zabezpečení, v platném znění, Vyhláška MPSV č. 182/1991 Sb., kterou se provádí zákon o sociální zabezpečení, v platném znění, Zákon č. 110/2006 Sb., o životním a existenčním minimu, v platném znění, Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, v platném znění, Zákon č. 94/1963 Sb., o rodině, v platném znění, Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní nebo ochranné výchovy, v platném znění, Zákon č. 218/2003 Sb., o soudnictví ve věcech mládeže, v platném znění, Zákon č. 257/2000 Sb., o probační a mediační službě ČR, v platném znění, Zákon č. 128/2000 Sb., o obcích, v platném znění, Zákon č. 129/2000 Sb., o krajích, v platném znění, Zákon č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti, v platném znění, Zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře, v platném znění, Zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, v platném znění, Zákon č. 328/1999 Sb., o občanských průkazech, v platném znění

### **Sociální pracovník ve věznici rovněž zajišťuje tyto úkoly<sup>39</sup>:**

- získává a ověřuje informace a poznatky, které jsou důležité pro vypracování sociální anamnézy – sociální rodinné situace, sociální vztahy v rodině, dosažené vzdělání, profesní příprava, poznatky o struktuře sociálních vztahů v širším sociálním prostředí, dosažení úrovně sociální vyzrálosti, styl výchovy a její vliv, způsob řešení náročných životních situací, obvyklé situace sociálního selhání,
- zjišťuje podmínky a faktory, které ovlivnily sociální vývoj obviněného nebo odsouzeného,
- spolupracuje s rodinou, hledá podněty k pozitivní změně chování,
- spolupracuje se sociálním kurátorem a společenskými organizacemi za účelem sociální intervence do prostředí, do kterého bude přicházet po propuštění z výkonu trestu, podílí se na hledání zaměstnání a ubytování,
- zprostředkovává první kontakt obviněného nebo odsouzeného se sociálním kurátorem,
- vytváří předpoklady pro navázání příznivých sociálních kontaktů a vztahů s určitým společenstvím – zájmovým, charitativním,
- podněcuje jedince k pozitivnímu rozvíjení sociálních dovedností.

Sociální pracovník se také nemalou měrou podílí na kontaktu s obhájci, s různými státními institucemi jako jsou např. městské úřady, úřady práce, Okresní správa sociálního zabezpečení, Český červený kříž, výchovné ústavy a domovy dětí a mládeže. Mezi každodenní činnosti sociálního pracovníka patří i zpracovávání sociálního posouzení<sup>40</sup>. Toto posouzení se vypracovává u každého odsouzeného, který má trest delší než 3 měsíce. Slouží jako podklad pro zpracování komplexní zprávy, z které vychází program zacházení. Program zacházení se zpracovává na základě komplexní zprávy o odsouzeném s ohledem na délku trestu, charakteristiku osobnosti a příčiny trestné činnosti. Komplexní zpráva je shrnutím výsledků psychologického, pedagogického, popřípadě lékařského posouzení a jiných dostupných materiálů k osobě odsouzeného (její obsah je důvěrný). Na realizaci programů zacházení s odsouzenými se podílí realizační tým odborníků a specialistů (psychologové, speciální pedagogové, sociální pracovníci, vychovatelé, vychovatelé terapeuti a pedagogové volného času), jimž v zacházení s odsouzenými patří nezastupitelné místo<sup>41</sup>.

<sup>39</sup> ŠTĚRBA, Vladislav. 2007. *Penologie*. Vyd.1. Praha: Armex publishing. s.119

<sup>40</sup> NGŘ VS ČR č.26/2006, čl.8., kterým se stanoví úkoly občanských zaměstnanců a příslušníků VSČR při zabezpečování VTOS

<sup>41</sup> ŠTĚRBA, Vladislav. 2007. *Penologie*. Vyd.1. Praha: Armex publishing. s. 71

### 1.2.3 Kompetence a úkoly sociálního pracovníka ve věznici

Pro výkon této pozice jsou obvykle požadovány teoretické znalosti z oblasti obecné sociální práce, která zahrnuje sociálně právní postupy, analýzu potřeb a způsobů jednání v příslušných komunitách, poradenství a možnosti a postupy pomoci pro občany v nepříznivé nebo krizové sociální situaci. Obvykle se požaduje vysoká úroveň vystupování při jednání s lidmi a jsou zde kladeny velmi vysoké požadavky na schopnost sociálního kontaktu. Vysoké nároky jsou i na praktické myšlení, písemný a slovní projev, přizpůsobivost, sebekontrolu a sebeovládání, samostatnost, schopnost pracovat v týmu, rozhodnost, **odolnost vůči mentální zátěži** a kultivovanost vystupování a zevnějšku.

Jak uvádí Havrdová, kompetentní sociální pracovník „je v našem pojetí ten, kdo je vybaven pravomocí vykonávat sociální práci jednak jako absolvent odborného vzdělání, jednak jako člen sociální organizace a kdo je schopen ve svém povolání jednat v souladu s uznávanou profesionální rolí“<sup>42</sup>. Od sociálního pracovníka se očekává schopnost orientace v složité oblasti právní legislativy, dobrá znalost metodologie sociální práce a dalších oborů (především krizové intervence, psychologie, sociologie), ale i schopnost navázat spolupráci jak s klientem, tak s dalšími odborníky, kteří se specializují na péči o určitou skupinu klientů, v tomto případě o obviněné a odsouzené.

Předpoklady pro výkon povolání sociálního pracovníka se vztahují také na sociální pracovníky vykonávající činnost ve věznicích. Kompetence sociálního pracovníka ve věznici vyplývají též z Nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky (dále jen NGR VS ČR), kde je uvedeno, že „sociální pracovník je odborný zaměstnanec oddělení, jehož základním úkolem je samostatná sociální práce, která je zaměřená zejména na plynulý přechod odsouzených do řádného občanského života. Při její realizaci dbá na zajištění a dodržení **standardů kvality poskytovaných sociálních služeb**“<sup>43</sup>. Sociální pracovník se v podmínkách výkonu vazby (dále jen VV) a výkonu trestu odnětí svobody (dále jen VTOS) podílí na vytváření koncepce zacházení s odsouzenými, poskytuje sociálně právní poradenství, spolupracuje se sociálním kurátorem pro mládež, se speciálním pedagogem, ošetřujícím lékařem, zařízeními ústavní a ochranné výchovy, s orgány obcí, atd. Garantuje kontinuální sociální práci, vypracovává osobní a rodinnou anamnézu<sup>44</sup> v příslušné části komplexní zprávy o odsouzeném, podílí se na **řešení rodinných problémů vězněných osob**, analyzuje situaci v oblasti **sociálně patologických jevů** a navrhuje a podílí se na realizaci

<sup>42</sup> HAVRDOVÁ, Zuzana. 1999. *Kompetence v praxi sociální práce*. Praha: Osmium. s. 42

<sup>43</sup> NGR VS ČR č.26/2006, čl.8., kterým se stanoví úkoly občanských zaměstnanců a příslušníků VSČR při zabezpečování VTOS

<sup>44</sup> Viz příloha č.2, Sociální posouzení odsouzeného.

preventivních opatření. Je odborným poradcem ředitele vazební věznice v oblasti sociálně právních aspektů VV a VTOS, a v oblasti přechodu obviněných a odsouzených do řádného života. Každý sociální pracovník například vede osobně dvě **průběžné aktivity programu zacházení**, a to z oblasti **skupinového sociálního poradenství** a z oblasti **zájmových aktivit** vedoucích k získání sociálních dovedností odsouzených. **Sociální poradenství** řeší zprostředkovaně problémy výživného, ale i školní prospěch dětí. Sociální pracovníci též napomáhají při zajišťování bydlení, žádostech o důchod nebo různých sociálních dávek. Pomáhající má být nápomocen poradit a odkázat na různé instituce, právní normy a podobně. Neměl by za klienty vyplňovat žádosti, psát dopisy na různé instituce ani za ně problémy vyřizovat. To nejsou povinnosti sociálního pracovníka, on pouze pomáhá a radí.

**Každá pomoc je individuální** a odvíjí se od potřeb klienta. Je třeba přihlížet k osobní charakteristice odsouzených, jejich sociálnímu zázemí, k tomu jaké má klient krátkodobé i dlouhodobé cíle, a vyhlídky po propuštění z výkonu trestu odnětí svobody. Další činností, kterou organizuje sociální pracovník společně se speciálními pedagogy a vychovateli, jsou besedy se zaměstnanci Probační a mediační služby ČR<sup>45</sup> (dále jen PMS ČR). Na těchto besedách jsou vězněné osoby seznamovány s úkoly a posláním PMS ČR, s možností navázání spolupráce. Také jim jsou vysvětleny podmínky dohledu, při podmíněném propuštění z výkonu trestu odnětí svobody.

Výčet praktických kompetencí, které jsou pro sociálního pracovníka ve věznici potřebné je možné shrnout, tak jak je ve své soustavě uvádí Havrdová<sup>46</sup>:

- schopnost účinně komunikovat s jednotlivci, skupinami, rodinami i komunitami – **rozvíjet účinnou komunikaci,**
- schopnost se zorientovat v potřebách, možnostech a porozumění, které klient a jeho okolí má, a vymezit s nimi oblast a plán spolupráce – **orientovat se a plánovat postup,**
- schopnost rozeznat silné stránky a možnosti klienta a jeho okolí a podporovat jejich soběstačnost a sebeúctu – **podporovat a pomáhat k soběstačnosti,**
- znalost metod a systému služeb, schopnost je správně využívat ve prospěch klienta, pomáhat mu je přijmout a ukončit – **zasahovat a poskytovat služby,**
- **přispívat k práci organizace,**

<sup>45</sup> <https://www.pmscr.cz/odborne-cinnosti/>

<sup>46</sup> HAVRDOVÁ, Zuzana. 1999. *Kompetence v praxi sociální práce*. Praha: Osmium. s. 45-46

### ○ odborně růst.

Odborný růst v praxi sociálního pracovníka ve věznici znamená sledovat legislativní změny nejen v sociální oblasti a i doplňování svých znalostí a dovedností v sociální práci. V rámci programu celoživotního vzdělávání se účastnit specializačních kurzů organizovaných Institutem vzdělávání Vězeňské služby, čím si prohlubuje odbornou úroveň. Využívá kontaktů a výměny zkušeností na seminářích a vzdělávacích akcích k získání a prohloubení informací o svém oboru. Ve spolupráci s druhými kriticky hodnotí vlastní rozvoj a dále se učí vytvářet a udržovat pracovní vztahy s jednotlivci, organizacemi, odborníky a dobrovolníky, respektovat jejich odlišné pohledy a pracovat s nimi.

Kromě vědomostí a dovedností je samozřejmou součástí profesní zdatnosti nutně také étos povolání – morální postoje, které má člověk ke své práci a ke zvláštním úkolům a povinnostem, vyplývajícím z jeho povolání. Jak uvádí Úlehla, když říká, že pracovník, jakožto zástupce společnosti a prostředník mezi potřebami klientů a potřebami společnosti stojí na straně toho mocnějšího, na straně zákona a státu. To jej zavazuje k dodržování norem, ale na druhou stranu to ztěžuje jeho kontakt s klienty<sup>47</sup>. Sociální pracovníci při své práci vycházejí z obecně uznávaných etických pravidel a norem společnosti. Měl by jim v tom být nápomocen také Etický kodex sociálních pracovníků České republiky<sup>48</sup>. Také při výkonu svého povolání **posuzují skutečné či zamýšlené činy a jednání svých klientů**. Prostředí, v němž se tito profesionálové ve věznicích musí rozhodovat, má sice své předpisy a normy jak postupovat, ale často záleží na volbě a profesních znalostech a zkušenostech každého z nich. Klientela, s kterou denně pracují, porušila normy. Je možné předpokládat, že morálka vězňených je většinou špatná. Často nemají úctu k sobě ani k jiným. Nezáleží jim na vlastní osobnosti a vlastní pověsti. Jejich lhostejnost má často kořeny ve výchově a v dospělosti je těžké u nich tento postoj změnit.

Výchovná funkce trestu odnětí svobody je hlavní náplní a cílem trestu orientovaného na nápravu a resocializaci pachatele, která má vést k pozitivní změně jeho chování. **Resocializaci** ve vězeňské praxi chápeme jako korektivní nebo druhotnou socializaci jedinců, u nichž proces socializace v dřívějších vývojových etapách neproběhl úspěšně buď proto, že se v něm vyskytly různé jednotlivé nedostatky a nepříznivé podmínky (v tomto případě hovoříme o socializaci deficitní) nebo proto, že byli socializováni v antisociálním smyslu, tj. zapojení do systému hodnot a norem rozporných s morálními hodnotami a zákonnými normami společnosti. V tomto případě hovoříme o takzvané socializaci deviantní. Tento

<sup>47</sup> ÚLEHLA, Ivan. 2005. *Umění pomáhat*. Vyd. 3. Praha: Slon. s. 113

<sup>48</sup> Viz. příloha č.3, *Etický kodex sociálních pracovníků České republiky*

proces klade u jednotlivých typů odlišné požadavky na jeho realizaci a možnost jeho realizace záleží na individualitě každého odsouzeného<sup>49</sup>. I tak je jim pomáháno např. speciálními pedagogy, psychology, a sociálními pracovníky. Někdy i proti jejich přirozenosti a vůli, v zájmu nás všech, celé společnosti. Nelze to ale zajisté tvrdit o všech klientech, jistě se mezi vězněnými najdou i tací, kteří pochybili a uvědomují si to. K takovým klientům se přistupuje jistě snadněji. Všechny činnosti, které se dotýkají zacházení s vězni, jsou náročné na **energii, psychiku, toleranci a potřebují velkou odolnost na stresové situace**. Kladou vysoké nároky na etiku osobnosti.

Sociální pracovník zná osudy klientů a je nutností udržet si **odstup, umět pochopit a pomoci**. V některých případech jistě řeší i etická dilemata, kdy při zvládání problému na základě svých zkušeností ví, že optimální řešení pro klienta neexistuje<sup>50</sup>. Jeho přístup se jistě odráží na chování a jednání klientů. Jak uvádí Kopřiva „formulovat etické zásady pomáhající profese a jak žádat jejich dodržování je příliš jednoduchým řešením problému vztahu pomáhajícího pracovníka ke klientům. Pomáhající musí pracovat se svým vlastním prožíváním, má-li tyto zásady nejen uznávat ale též podle nich cítit“<sup>51</sup>. Z řečeného vyplývá, jak nesnadnou úlohu mnohdy sociální pracovník má. Ve chvílích, kdy volí vhodný přístup ke klientům, jistě řeší i podobná dilemata, o kterých se také Krivohlavý zmiňuje, protože „úkolem angažovaného pracovníka je každého klienta pochopit, zajímat se o něj, vcítit se do něj, přijímat ho, jaký je, vidět v něm i ty dobré stránky, které většinou ostatním unikají. Nejtěžší na tom je právě toho „každého“<sup>52</sup>. Pokud jsou klienty jedinci s poruchami osobnosti, kteří například na druhé lidi pohlíží jako na překážky, jež mají být překonány či bezohledně zmanipulovány ve vlastní prospěch, je jistě náročné najít optimální přístup.

#### 1.2.4 Osobnost sociálního pracovníka

V předchozím textu popisují, co vše patří do pracovní náplně a kompetencí sociálního pracovníka. Nyní bych se zaměřila na to, jaká by měla být jeho osobnost s ohledem na rizika syndromu vyhoření popsaná výše. Je jistě více možných úhlů pohledu na charakteristiku vlastností a dovedností tohoto specialisty. Je např. možné hovořit o fixních, relativně stálých a jen málo proměnných charakteristikách ale i o charakteristikách proměnných. K té první kategorii patří především **vlastnosti osobnostní, povahové**, k té druhé pak charakteristiky ovlivnitelné především zevními, proměnnými faktory. I sociální pracovník je jedinec

<sup>49</sup> ŠTĚRBA, Vladislav. 2007. *Penologie*. Vyd.1. Praha: Armex publishing. s. 103-105

<sup>50</sup> SÝKOROVÁ, Kateřina. 2008. *Základy sociologie, filosofie a etiky pro pomáhající profese*. Vyd.1. Liberec: TU v Liberci. s. 65 - 83

<sup>51</sup> KOPŘIVA, Karel. 2006. *Lidský vztah jako součást profese*. Praha: Portál. s. 92

<sup>52</sup> Tamtéž. s. 21

vystavený např. společenským změnám v celém jejich kontextu a dopadu na společnost a jednotlivce, neboť se dotýkají jak jeho klientů, kterým v nich má pomáhat, tak i jeho samotného. Při své práci má sociální pracovník vycházet z obecně uznávaných etických a právních pravidel a norem společnosti. Rozhoduje, kolik času, pomoci a péče poskytnout na **výchovné působení klienta** tak, aby byl klient motivován ke změně postojů svého jednání a uvědomění si své vlastní zodpovědnosti k sobě i ostatním lidem. K tomu aby byl sociální pracovník této náročné práce schopen, potřebuje mít sám vlastnosti zralé osobnosti. Měl by být vyrovnaný do té míry, **aby nadměrně nepodléhal emocím**, jak negativním tak i přehnaně kladným, soucítícím, které by nepříznivě ovlivňovaly jeho schopnost správného posouzení situace klienta a nevedly by k objektivně správnému řešení. Měl by mít obecně dobré lidské vlastnosti, jako je spravedlnost, poctivost, pravdomluvnost. Měl by být kultivován ve svých projevech a **vzbuzovat důvěru** u svých klientů. Měl by být vůči svému klientovi vždy **empatický**, i když s ním nemusí sympatizovat. To mu umožní dokázat sdělovat klientovi i negativní informace přijatelným způsobem<sup>53</sup>.

Potřebuje ve své práci **komunikační dovednosti verbální** (umění naslouchat, trpělivost, srozumitelně vysvětlovat) ale i **neverbální** (výraz očí, gesta, mimika, postoj), sebeovládání a vysokou úroveň volných vlastností. Měl by pracovat s přesvědčením, že každý člověk má nějaké kladné vlastnosti, na kterých se dá stavět. Jak uvádí Úlehla: „etiku práce není možné vymezit nějakým kodexem. Respektive kodexy jsou užitečné k prvnímu seznámení a k prvnímu nahlédnutí do problematiky etického hodnocení práce. Etický kodex je užitečný, ale zjednodušující model. Do profesionální práce se ovšem promítá celý pracovníkův přístup k životu a lidem. Jiné projevy vůči klientům bude mít pracovník, který je do hloubi duše přesvědčen, že lidé jsou schopni být dobří a vstřícní, jen když k tomu mají příležitost. A docela jiný bude mít ten, kdo věří, že pokud člověka neomezují pravidla a obavy z jejich nedodržení, zneužije situace ve svůj prospěch, na úkor druhých. Takové postoje jsou v nás hluboce zakořeněné a je na místě počítat s tím, jaký na nás mají vliv. Nejde o to, který z těchto postojů je lepší, stejně každý pracovník zaujme ten sobě vlastní. Chci poukázat na to, jak hluboce jsme v práci ovlivněni tím, co si myslíme o světě a lidech“<sup>54</sup>. To neznamená, že pracovník věřící v lidské dobro nemůže pracovat s klientelou vězeňských zařízení, jen je nutné si toto uvědomit. Vědět, že klienti jsou schopni vycítit a využít takovou pracovníkovu vlastnost, jako je například dobrosrdečnost, ve svůj prospěch. Jak uvádí Kopřiva, „základní

---

<sup>53</sup> Viz příloha č. 3, *Etický kodex sociálních pracovníků České republiky*.

<sup>54</sup> ÚLEHLA, Ivan. 2005. *Umění pomáhat*. Vyd. 3. Praha: Slon. s.114



pracovní polohou pomáhajícího je být v empatickém kontaktu s klientem a zároveň neztratit zakotvení v sobě samém<sup>55</sup>.

Důležitá je i víra pracovníka ve svou práci. Sociální pracovník musí pracovat především na sobě. **Sebereflexe**, schopnost přemýšlet o sobě a o svém jednání je jedním z předpokladů osobního rozvoje. Kdo není schopen vnímat své činy, analyzovat je a učit se z nich, nebude svou osobnost rozvíjet, ať už pozitivním či negativním směrem.

Podstatou umění pomáhat jsou způsoby, jimiž se ubírá pracovníkova mysl při práci. Tyto způsoby se dají cvičit, rozvíjet a tříbit<sup>56</sup>. Také v zaměstnání máme příležitost získávat čas od času odezvu na své jednání, od kolegů či nadřízených, která se na základě subjektivního vnímání vlastní osoby, často nemusí shodovat s představou, kterou o sobě samém máme. Navzdory této skutečnosti má však, až na vzácné výjimky, každý zájem zjistit, jak on a jeho chování na druhé působí. Abychom také z takové odezvy (pozitivní či negativní) dokázali vyvodit nějaký závěr a využít jej, je potřeba se s ní vyrovnat a reflektovat sama sebe. To v žádném případě neznamená zpětné zkoumání každého činu či reakce s ohledem na jejich správnost a smysl. Ale chápat vše jako dobré a správné, nezávisle na tom, jak to vnímají ostatní, by bylo ve velkém rozporu s přáním dále se rozvíjet, či dobře se snášet s jinými lidmi. Schopnost sebereflexe, tedy schopnost zabývat se emocionálními a mezilidskými otázkami a nenechat se jimi odradit, vyžaduje především kritické vnímání sebe sama v interakci se sociálními kontakty a jejich odezvou<sup>57</sup>.

Sociální citění při jednání s klienty, ale i kolegy či nadřízenými, vyžaduje vysokou míru empatie, abychom ke každému přistupovali přiměřeně a individuálně a dokázali rozpoznat jeho přání. Dobrý cit pro rozpoznání nálad jiných lidí, pozornost k možná skrytým signálům a zájem o motivaci jednání nelze podceňovat, je-li naším cílem dosáhnout záměru, tedy úspěšného prosazení našich přání či představ. Citlivá reakce tak totiž může zabránit nejen nedorozumění, nýbrž dokonce může pomoci vyvolat pocit solidarity, který je při prosazování vlastních cílů velmi užitečný. Také schopnost spolupracovat s dalšími kolegy úzce souvisí se schopností pracovat v týmu. Týmová práce je jedním z nejdůležitějších faktorů úspěšné skupinové práce. Jak jsem již výše zmínila, sociální pracovník ve vězeňství úzce spolupracuje s dalšími odborníky, jako je psycholog, pedagog, vychovatel atd. Pro úspěšnost společného cíle resocializace odsouzených je také důležitá schopnost spolupráce v kolektivu, tzv. být součástí týmu a být také jako člen týmu uznáván.

---

<sup>55</sup> KOPŘIVA, Karel. 2006. *Lidský vztah jako součást profese*. Vyd. 5. Praha: Portál. s. 92

<sup>56</sup> ÚLEHLA, Ivan. 2005. *Umění pomáhat*. Vyd. 3. Praha: Slon. s. 12

<sup>57</sup> KOPŘIVA, Karel. 2006. *Lidský vztah jako součást profese*. Vyd. 5. Praha: Portál

### 1.2.5 Sociální pracovník ve věznici jako pomáhající profesionál

Pomáhající profese zahrnují řadu povolání, jejichž hlavní náplní je pomáhání lidem. Jak uvádí Kopřiva<sup>58</sup>, pracovníka v pomáhající profesi definuje právě lidský vztah mezi pomáhajícím a klientem. Jako hlavní nástroj pomáhajícího, uvádí jeho **vlastní osobnost**. Nyní se tedy zaměříme na analýzu profese sociálního pracovníka ve věznici, s ohledem na požadavky právě pomáhající profese. Požadavek účinně a aktivně vkládat svou osobnost, je nutno chápat v kontextu s prostředím věznic a danou klientelou. Právě zde, lze předpokládat **větší náročnost na dovednost pracovat s vlastními emocemi**. V tomto prostředí je stejně důležitá, jako nutnost umět si udržet dostatečný odstup a zvládat protichůdné pocity. Tato **sebereflexe, je základem pro zachování duševního a tím i tělesného zdraví, jako prevence před syndromem vyhoření**.

Nejnáročnější práce, je práce s tzv. nedobrovolnými klienty, kteří jsou do zařízení umístěni (vězení, výchovné ústavy, některá oddělení psychiatrických léčeben) nebo nejsou pro účast v určitém programu dostatečně motivováni, přesto do něj byli zařazeni a přijímají jej zcela pasivně, s klienty velmi vážně postiženými (zejména mají-li kombinovaná postižení, vrozený velký deficit rozumových schopností, demenci) nebo umírajícími, ať už v domácím prostředí, či v instituci (nemocnici, v hospici, v domově důchodců), nebo s klienty, jejichž chování je velmi vzdáleno sociální normě (osoby trpící akutní psychózou, sexuální deviací se zaměřením na děti) nebo se chovají agresivně, jsou k personálu hyperkritičtí nebo se snaží zneužívat sociální služby<sup>59</sup>.

Základním úkolem sociálního pracovníka ve věznici je samostatná sociální práce, při které dbá na dodržování standardů kvality poskytovaných sociálních služeb. Udržuje pracovní kontakty s nestátními a státními subjekty, čímž garantuje kontinuální sociální práci. Své poslání pomáhajícího naplňuje především poskytováním sociálně právního poradenství, a pomocí při řešení sociálních problémů klientů, jak je podrobněji uvedeno výše. To vše za současného udržení rovnováhy osobnosti.

### 1.2.6 Okolnosti a příčiny pracovního stresu u sociálních pracovníků ve věznici

Stejně jako ostatní zaměstnanci a příslušníci VS ČR, je i sociální pracovník vystavován specifickým nárokům svého povolání. Náročnost práce sociálního pracovníka ve věznici

<sup>58</sup> KOPŘIVA, Karel. 2006. *Lidský vztah jako součást profese*. Vyd. 5. Praha: Portál

<sup>59</sup> MATOUŠEK, O. a kol. 2003. *Metody řízení sociální práce*. Vyd. 1. Praha: Portál

spatřuji nejen v tomto specifickém prostředí, ve kterém se svými klienty pracuje a je možné je označit za **neosobní a bezútěšné**, ale i v **samotných klientech**.

Jedním z faktorů ovlivňujících psychickou nepohodu, mohou být **bezpečnostní omezení**



*Obr. č. 3 Prostředí věznic s bezpečnostním omezením*

vyplývajících z předpisů. Stejně jako všichni zaměstnanci, je i sociální pracovník podrobován při příchodu do práce osobní prohlídce, nemůže u sebe mít například mobilní telefon atd. Organizace práce zde podléhá bezpečnostním opatřením. Sociální pracovník musí mít stále na paměti jak bezpečnost svou, tak bezpečnost kolegů i svých klientů, kteří se podílejí na plnění úkolů. Musí umět zvládnout situace, kdy klient může být hrubý až agresivní. Takové chování některých klientů vůči pracovníkovi, který se snaží pomoci, lze označit za stresující.

Tak se stává jedním ze zatěžujících faktorů **udržení správné hranice ve vztahu s klientem**. Kopřiva uvádí, že „hranice

představuje zároveň ochrannou bariéru vůči tomu, co je vně. Stejný smysl má i hranice psychická, hranice já, která se uplatňuje v mezilidských vztazích. Kdyby bral člověk životní zájmy všech ostatních lidí stejně vážně jako své osobní životní zájmy, pak by nepřežil<sup>60</sup>. Jak jsem již uvedla v předešlé kapitole, hlavním nástrojem ve vztahu ke klientům je pracovníkova **osobnost**. Ne každý je schopen najít lidský vztah k člověku odsouzenému za vážný trestný čin. Tak zde souvisí životní historie a filozofie pomáhajícího se schopností přijmout každého klienta. Může se stát, že některého z klientů na základě jeho kriminální minulosti není pomáhající schopen akceptovat. Pak je důležitá možnost, přenechat klienta kolegovi. Ve vztahu s klientem je důležité i to, jak vězeň vnímá pomáhajícího. Přesto, že sociální pracovník není (jako například dozorcí) uniformovaný, a jeho hlavním posláním je poskytování rady a pomoci, stále zůstává v očích klienta tím, kdo prezentuje instituci zajišťující výkon uloženého trestu. Může být vnímán spíše nepřítelem, než tím, kdo s ním chce spolupracovat.

Pokud sociální pracovník nemá alespoň částečně **kladnou zpětnou vazbu** od klientů, například při plnění volnočasových aktivit, ztratí motivaci a bude se cítit nespokojený, frustrovaný. Pro úspěšnost a pocit uspokojení je proto třeba klást si reálné cíle (náprava recidivistů teoreticky není možná) a cíle, které je možné s klienty zvládnout v době jejich výkonu trestu. Pocit marnosti může též vyvolat malá úspěšnost v nápravě uvězněných osob, které se opakovaně do věznice vrací.

<sup>60</sup> KOPŘIVA, Karel. 2006. *Lidský vztah jako součást profese*. Vyd. 5. Praha: Portál. s. 74

Úspěšnost práce závisí též na počtu svěřených klientů jednomu sociálnímu pracovníkovi. Při současné situaci přeplněných věznic je tato problematika více než aktuální. Na rozdíl od soukromého sektoru, si nemohou pomáhající ve věznici určit počet klientů sami, a tak se mohou dostat do časového stresu, neboť mimo přímé práce s klienty, mají další úkoly (například administrativní) vyplývající z jejich funkce. Důsledkem špatně organizované práce pak mohou vznikat i konflikty, které na pracovišti nevytváří zcela ideální podmínky ke spolupráci specialistů.

Dalším aspektem ovlivňujícím negativně osobní spokojenost, může být **nedostatek uznání za odvedenou práci**. Hendrych ve svém článku „Popelka mezi pomáhajícími obory“ uvádí, že „na pozicích sociálních pracovníků ve věznici (na rozdíl od kolegů specialistů jiných oborů) není oceňována kvalifikace získaná v magisterském stupni vysokoškolského studia. A tak zatím nezbyvá než věřit, že je jen otázkou času, kdy i tento rozdíl bude smazán a sociální práce již definitivně přestane být „Popelkou“ mezi obory, které se snaží naplňovat jeden z hlavních účelů výkonu trestu odnětí svobody“<sup>61</sup>. Pro vnitřní uspokojení je důležité cítit se správně ohodnocen stejně, jako mít dobrý pocit z odvedené práce a toho, že je naše počínání smysluplné.

Nutné je též udržet si odstup a dokázat oddělit profesní život od soukromého. Nenosit si tzv. starosti z práce domů a naopak. K udržení zdraví, jak fyzického tak psychického, je třeba dostatečně relaxovat.

Popsala jsem zde příčiny a okolnosti, které mohou vést k vzniku pracovního stresu a s ním spojeného syndromu vyhoření u sociálního pracovníka ve věznici. Z výše uvedeného je patrné, jak náročná je práce sociálních pracovníků ve vězeňství a proč pracovníky této profese považujeme za ohrožené syndromem vyhoření. Dále se budeme věnovat osobnosti odsouzených. Právě osobnost odsouzených a to, jakými specifiky se vyznačuje, je jedním z možných aspektů syndromu vyhoření u sociálních pracovníků.

### 1.2.7 Typologie vězeňské klientely - osobnost odsouzených

Jak jsme již uvedli, vězni jsou do jednotlivých typů věznic dle vnější diferenciací umístěváni soudem. Vnitřní diferenciací je výsledkem celkového zhodnocení osobnosti vězně. Osobnost podle Praška<sup>62</sup> představuje „individuální soubor duševních a tělesných vlastností člověka, které se utvářejí v průběhu vývoje a projevují se v sociálních vztazích“. Vrozené a získané vlastnosti tvoří **strukturu osobnosti**, která je pro každého člověka charakteristická.

<sup>61</sup> HENDRYCH, Igor. *Sociální práce „Popelka“ mezi pomáhajícími obory*. In: České vězeňství. 2008/1. s. 30-31

<sup>62</sup> PRAŠKO, Ján. a kol. 2003. *Poruchy osobnosti*. Vyd. 1. Praha : Portál. s. 15

V průběhu individuálního vývoje se stále více doplňují vrozené dispozice (temperament) a obohacují se vlastnostmi získanými (charakter). Na základě zhodnocení osobnosti, se stanoví metody práce a postupy jednání a korekce případných poruch chování. Tím se dostáváme k profilu vězeňské klientely. **Základním znakem delikventního chování je porušování právních norem. Příčiny vzniku takového chování jsou multifaktoriální. Typická osobnost delikventa však neexistuje.** Tzv. "čisté typy" ve svých "vyhrocených" podobách - pokud se vůbec vyskytují - jsou vždy vzácností. Každá typologie proto může navozovat nežádoucí zkreslení či dokonce při omylu vést k připsání neexistujících vlastností. Jak uvádí Sochůrek, „podobně jako v jiných, zejména psychologických disciplínách byly vytvořeny i typologie odsouzených. Mezi nejlépe propracované a nejčastěji citované patří typologie amerického autora Jesnese, která je sice vypracována pro mladistvé a mladé dospělé, ale lze ji s tímto vědomím užít i pro dospělé.

**Jesness uvádí tyto typy<sup>63</sup>:**

- socializovaný, přizpůsobivý,
- nezralý, pasivní,
- neurotický, úzkostný,
- nezralý, agresivní,
- kulturou podmíněný,
- vůdce,
- neuroticky se odreagovávající,
- neurotický, depresivní.

Tak se ve výkonu trestu sociální pracovník setkává s klienty od normy, až po klienty, kteří trpí závažnými poruchami chování, osobnosti, sexuálními deviacemi, klienty kteří mají snížený intelekt nebo jiné různé problémy, někdy přechodného, někdy trvalého rázu<sup>64</sup>. Pro úspěšnost sociálního pracovníka v práci s danou klientelou, je třeba, aby měl znalosti z penitenciární a forenzní psychologie, což mu umožní adekvátní přístup ke klientům.

V Schragově typologii se odsouzení rozdělují na typy. Typ **prosociální**, kdy hovoříme o tzv. socializovaném jedinci, jehož trestná činnost je epizodická, je orientovaný na běžné sociální normy, jeho osobnost není poruchová, možnost reintegrace je dobrá. Typ **antisociální** je jedinec, který má dobře osvojené normy např. party nebo gangu, jejichž normy jsou

---

<sup>63</sup> NETÍK, Karel. NETÍKOVÁ, Daria. HÁJEK, Stanislav. 1997. *Psychologie v právu. Úvod do forenzní psychologie*. Vyd. 1. Praha: C.H.Beck. s. 3

<sup>64</sup> SOCHŮREK, Jan. 2007. *Kapitoly z penologie. II. díl. Teorie a praxe zacházení s vězněnými*. TU Liberec. s. 47

v rozporu s normami společnosti. Umí se přizpůsobovat, ale sociálně negativnímu prostředí. Typ **pseudosociální** má labilní systém norem. Do typu asociálního řadíme lidi trpící poruchou osobnosti (nejčastěji disociální), kterým chybí autoregulace, špatně se ovládají<sup>65</sup>. Osoby se specifickými poruchami osobnosti představují trvalý, a pro vězeňský personál obtížný problém. Nemají náhled na to, že mají ještě jiné možnosti myšlení, cítění a chování a že mají volbu si z těchto možností vybrat. To vede pak k tomu, že tito jedinci mají nejrůznější konflikty s okolím, se společností a co víc, i oni sami svůj život často prožívají jako neuspokojivý<sup>66</sup>. **Asociální psychopati** představují skupinu jedinců charakteristickou hlubokou poruchou osobnosti, která se projevuje zvláště výrazně v sociální sféře, a to od relativně nízkého věku. Jsou obecně považováni za nenapravitelné a vskutku většina pokusů o jejich nápravu selhává. Přes velkou skepsi, jež je charakteristická téměř pro všechny odborníky, kteří se psychopaty zabývají, lze stanovit obecné předpoklady zacházení s nimi. Vřelý a rozumějící přístup, avšak kritický, realistický, zásadně důsledný. „Pravidla hry“ musí být pevná, srozumitelná a důsledně vymáhaná<sup>67</sup>. Nebezpečnost vězně ve vztahu k jeho životu ve vězení je zpravidla stanovena podle závažnosti spáchaného trestného činu, délky trestu a osobnosti vězně, zejména dle přítomnosti různých psychických poruch.

Kromě individuálních odlišností musíme brát v úvahu také **odlišnost skupinovou**. Klienti věznice často stojí v opozici personálu, tvoří komunitu, ve které fungují specifická pravidla, v níž se používá vězeňský slang a která vytváří svou hierarchii. V rámci vězení se navazují vztahy – přátelské, partnerské a lidská soudržnost zde hraje podstatnější roli, než v běžném životě. Všichni tu jsou nedobrovolně a zažívají společně různé druhy frustrace a omezení. Navíc zde nefunguje aspekt soukromí tak, jako v běžném životě. Všechny zmíněné faktory přispívají k tomu, že klienti tvoří svůj vlastní svět, který může stát v opozici k lidem, kteří s nimi pracují. Nejen příslušníci ale i specialisté, mezi které řadíme sociální pracovníky, tak mohou být chápáni jako záporné osoby ale zároveň také jako možný zdroj výhod. Tak se tito odborníci mohou setkávat s agresí a výhrůžkami, dále s úskočným chováním, kdy se vězeň účelně snaží dosáhnout příslušnickovy přízně, aby se dostal ke zdrojům různých prostředků, aby mu byly činěny úlevy nebo zvýhodnění do budoucna.

Práce s vězeňskou klientelou je náročná. Obzvláště náročnou a stresující může být pro pracovníky, kteří již směřují k syndromu vyhoření. Tito specialisté, kteří znají charakteristiku osobností klientů, obzvláště těch recidivujících, mohou vnímat problémy

<sup>65</sup> SOCHŮREK, Jan. 2007. *Kapitoly z penologie. II.díl. Teorie a praxe zacházení s vězněnými*. TU Liberec, s. 29

<sup>66</sup> NETÍK, Karel. NETÍKOVÁ, Daria. 1991. *Vybrané kapitoly z forenzní psychologie pro právníky*. Vyd. 1. Praha : Karolinum. s. 29.

<sup>67</sup> NETÍK, Karel. NETÍKOVÁ, Daria. HÁJEK, Stanislav. 1997. *Psychologie v právu. Úvod do forenzní psychologie*. Vyd. 1. Praha: C.H.Beck.s. 44 -45

svých klientů jako komplikace, které si způsobili sami. Výsledkem takového postoje sociálního pracovníka může být ztráta motivace a tím i menší snaha pomáhat řešit problémy klientů.

### **1.2.8 Možnosti prevence syndromu vyhoření u sociálních pracovníků ve věznici**

S rostoucími nároky na pracovníky v pomáhajících profesích se začalo více hovořit o syndromu vyhoření. Vlivem ohrožujících faktorů uvedených výše, může dojít k tomu, že se sám pomáhající dostane do ohrožení a stává se tím, kdo potřebuje pomoc. Nejedná se zde pouze o obyčejnou únavu, která odezní, tato souvisí vždy se smyslem vykonávané práce a má plíživý průběh, nepřichází náhle.

Již jsme argumentovali, že základní součástí prevence syndromu vyhoření je regenerace duševních ale i fyzických sil. Bude-li pracovník v dobré fyzické kondici, bude i psychicky odolnější. Jak se v odborné literatuře můžeme dočíst, tělo a duše jedno jsou. Neméně důležité je jistě ohodnocení odvedené práce, pracovní prestiž a vnitřní uspokojení z dílčích úspěchů. Spokojenost se sebou samým. Jaké jsou možnosti prevence syndromu vyhoření u sociálních pracovníků ve věznici? Tato prevence se dá jistě rozlišit na prevenci, kterou provádí každý jednotlivec v rámci svého vnitřního založení. Toho jaký je, jaký má žebříček hodnot, jaké má zájmy a záliby. Důležitým faktorem v syndromu vyhoření jistě bude dobré rodinné zázemí, vztahy s přáteli ale i vztahy na pracovišti. Nelze vynechat to, jaká je jeho osobnost a charakter, jak se dokáže vyrovnávat s překážkami, jak vysoký má frustrační práh. Dobrá psychická pohoda je jistě hlavním základem ke zvládnutí všech problémů.

Při teoretické přípravě na povolání v pomáhajících profesích se též absolventi učí o supervizi. Domnívám se, že psychická zátěž pracovníků se v jednotlivých oborech této profese různí. Jak uvádí Kopřiva, ač byla tato metoda původně určena pro lékaře, brzy se rozšířila i v dalších pomáhajících profesích „u zdravotních sester, pedagogů, psychoterapeutů, nebo **sociálních pracovníků**“. Skupina příslušníků některé z takovýchto profesí se schází ve stanovených intervalech pod vedením kvalifikovaného vedoucího. Na sezení vždy někdo z účastníků nabídne případ, s kterým by chtěl pomoci. Je to případ, kdy pomáhající není spokojen s tím, jak prožíval kontakt s klientem nebo jak si počínal. Nese v sobě vnitřní konflikt. Potřebuje si to však s někým ujasnit“<sup>68</sup>. Supervize se podle použití v jednotlivých pomáhajících profesích liší. Ve výše uvedené citaci máme příklad tzv. Bálintovské skupiny. Je jednou

---

<sup>68</sup> KOPŘIVA, Karel. 2006. *Lidský vztah jako součást profese*. Vyd. 5. Praha : Portál. s. 131-141

z forem supervize. Supervizor radí v konkrétních postupech, upozorňuje na chybné kroky a učí zvládat pracovníky emocionální účast na životě klienta.

Supervize a sebezkušenostní výcvik, může být ideálním opatřením v okamžiku, kdy si pomáhající uvědomí, že ve vztahu ke klientovi odžívá své vlastní emoce. Uvědomí si též, jak jeho emoční reakce souvisejí s jeho nevyřešenými vnitřními konflikty. Proč v této situaci nedokáže klientovi naslouchat nebo se nezvládá bránit jeho agresi.

Sociální pracovník ve věznici má možnost konzultovat vzniklé problémy nebo psychicky náročné situace na pracovišti se svými kolegy a nadřízenými. V tomto případě je zřejmé, že hodně záleží na tom, jaké jsou na pracovišti vztahy. S vnější supervizí, která je placenou službou, se často v praxi vězeňství nesetkáváme. Povinnou supervizi mají pouze vychovatelé a vychovatelé terapeuti, zařazení na specializovaná oddělení věznic<sup>69</sup>.

Každý pomáhající má možnost vyhledat tu cestu, která bude vyhovovat jeho vnitřnímu založení, která bude jeho chování posilovat a dodávat mu energii, namísto toho, aby jej vyčerpávala. Pro obnovu duševní energie je nutné umět relaxovat, znát dobře své tělo a udržovat fyzickou kondici.

---

<sup>69</sup> §7. odst.7. Sbírka nařízení GŘ VS ČR, č. 42/2009, kterým se stanoví pravidla pro zřizování a činnost oddělení specializovaného pro výkon odsouzených s poruchami duševními a poruchami chování ve vazebních věznicích a věznicích Vězeňské služby České republiky



## 2 PRAKTICKÁ ČÁST

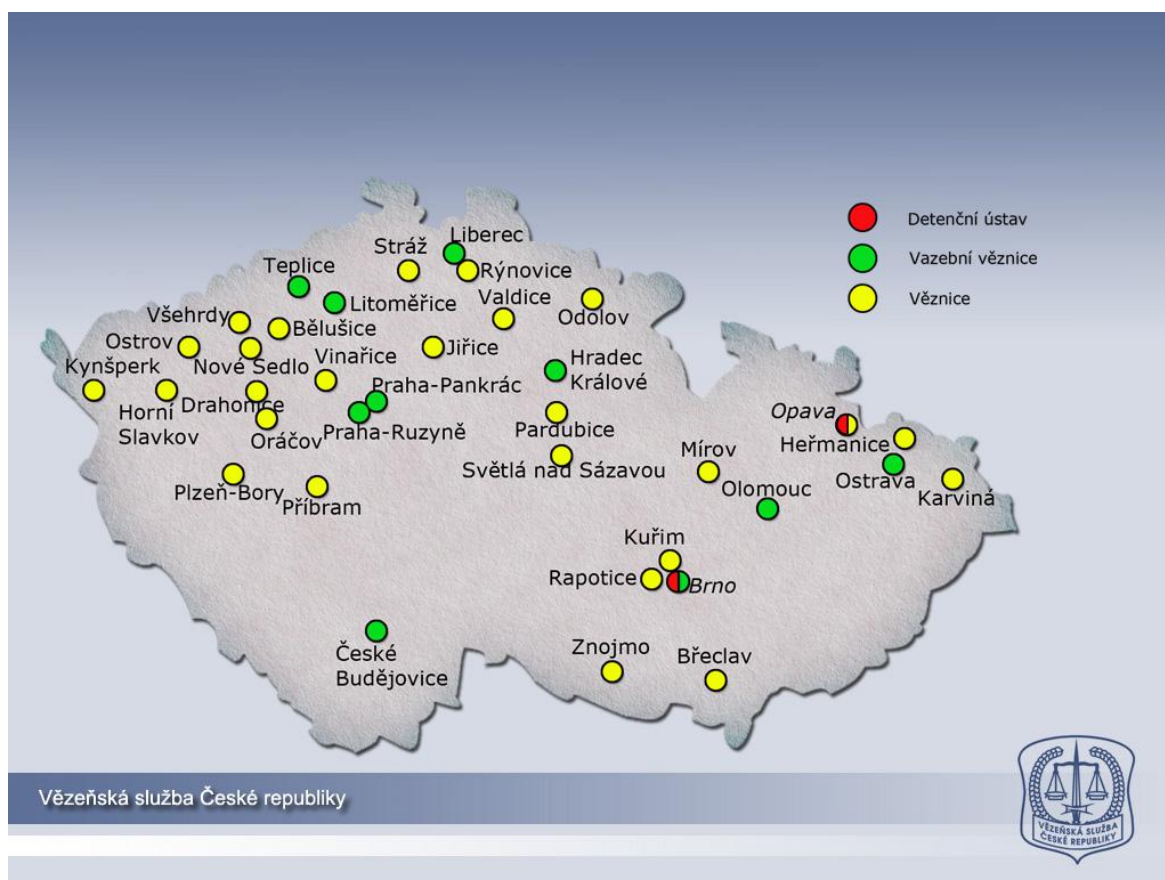
Tato bakalářská práce pojednává o náročnosti povolání sociálních pracovníků v prostředí věznic České republiky. Tito specialisté pracují ve specifických podmínkách. Jejich klientela se skládá z lidí, kteří se dostali do konfliktu se zákonem, neboť porušili normy společnosti. Někteří z nich jsou ve výkonu vazby, jiní jsou přijati po odsouzení do výkonu trestu odnětí svobody. Na začátku této praktické části je popsáno prostředí českého vězeňství, ve kterém sociální pracovníci působí společně s ostatními specialisty a které také tvoří rámec průzkumu. Následná část se zabývá otázkou, jsou-li sociální pracovníci ve vězeňství ohroženi syndromem vyhoření, co vše může být považováno za rizikové faktory.

### 2.1 Prostředí průzkumu

#### VĚZNICE, VAZEBNÍ VĚZNICE A DETENČNÍ ÚSTAVY ČR

Na níže uvedené mapce můžeme vidět rozmístění jednotlivých věznic v celé České republice. Barevně jsou rozlišeny věznice od věznic vazebních a ústavy pro výkon zabezpečovací detence.

**Obrázek č.4: MAPA VĚZNIC, VAZEBNÍCH VĚZNIC A DETENČNÍCH ÚSTAVŮ ČR**



Zdroj: <http://www.vscr.cz/generalni-reditelstvi-19/zakladni-informace-4/mapa-veznic-vaze>

**V České republice se v současnosti nachází 36 věznic, z toho 10 věznic vazebních a dva Ústavy pro výkon zabezpečovací detence.** Věznice se člení podle způsobu vnějšího střežení a zajištění bezpečnosti do čtyř základních typů: s dohledem, s dozorem, s ostrahou a se zvýšenou ostrahou. Vedle základních typů věznic se zřizují zvláštní věznice pro mladistvé, pro ženy a matky s dětmi. V rámci jedné věznice mohou být zřízena oddělení různých typů<sup>70</sup>, pokud tím nebude ohrožen účel výkonu trestu. Vedle standardního výkonu trestu, jsou podle specifických potřeb některých skupin klientů, zřízena specializovaná oddělení. Je tak řešena problematika zacházení s odsouzenými s poruchami duševními a poruchami chování. Individuálně je zacházeno s osobami, jež jsou závislé na požívání alkoholu a jiných drog. Specializovaná oddělení jsou také zřízena pro odsouzené pracovně nezařaditelné, invalidní a odsouzené důchodce<sup>71</sup>.

Umístování do specializovaných oddělení, nazýváme **vnitřní diferenciací, která je v působnosti vězeňské služby, a to na základě komplexních zpráv o odsouzených.** Základní umístění podle **vnější diferenciaci, realizují soudy zařazováním dospělých odsouzených v odsuzujícím rozsudku**, do jednoho z výše uvedených typů věznic. Úkolem vězeňství je kromě jiného zajistit, aby osoba ve výkonu vazby byla k dispozici orgánům činným v trestním řízení a nemařila účel vazby. Obviněný smí být ve vazbě podroben pouze takovým omezením, která jsou nezbytně nutná k naplnění jejího účelu. To platí tím více, že naše trestní právo považuje obviněného do doby, než soud prokáže jeho vinu, za nevinného<sup>72</sup>.

K zajištění bezpečného provozu věznic a naplnění účelu výkonu trestu odnětí svobody je potřeba spolehlivého a vysoce kvalifikovaného personálu. **Práce ve věznicích je velice psychicky náročná, nutným předpokladem k jejímu vykonávání je tedy i psychická odolnost, kdy významnou roli hraje zvládání stresu, frustrační tolerance, emoční stabilita, ale i odpovědnost a motivace k výkonu tohoto povolání.** Významným faktorem je pak také malá společenská vážnost takového povolání i nepřilíš vysoké finanční ohodnocení. Prioritou je tedy oblast vzdělávání a rozvoje zaměstnanců. U všech pracovníků ve vězeňství, jedná-li se o příslušníky či zaměstnance specialisty, kteří úzce spolupracují s obviněnými a odsouzenými, se dá předpokládat vyšší psychické vypětí než u jiných profesí. Práce ve vazebních podmínkách patří k nejnáročnější a nejtěžší.

Mezi **obecné předpoklady**, které mohou negativně působit a které vyplynuly z teoretické části, řadíme:

---

<sup>70</sup> Viz příloha č.4, NGR.č.12/2010, o vazebních věznicích a profilaci věznic Vězeňské služby České republiky

<sup>71</sup> Dostupné z <http://www.vscr.cz/clanky/> [on line] [2009-09-24]

<sup>72</sup> Tamtéž]

- Klientelu, která je nedobrovolná, je možné ji označit za nebezpečnou.
- Prostředí věznic, které je možné označit za depresivní.
- Otázku smysluplnosti posílání profese, v závislosti na výsledném efektu vykonané práce.
- Nedostatečnou spolupráci s ostatními specialisty, případné neshody na pracovišti.
- Neschopnost oddělit profesní život od soukromého.
- Nedostatek relaxace.
- Nízký sociální status tohoto zaměstnání.
- Vysoká psychická i fyzická náročnost, malé finanční ohodnocení.

VS ČR je specifickým druhem organizace. Profesionály, kteří zde pracují, je možné rozdělit podle činnosti do dvou základních skupin. Na příslušníky a občanské zaměstnance. Jednotliví příslušníci jsou hierarchicky rozděleni<sup>73</sup>. Nejnižší funkcí je strážný, pak následují dozorcí, velitelé atd. Ve věznicích všech základních typů pracují s odsouzenými zásadně stabilní týmy zaměstnanců Vězeňské služby, složené ze speciálního pedagoga, psychologa, sociálního pracovníka (dále jen SP), vychovatelů a dozorců s odpovídající speciální odbornou přípravou. Jednomu vychovateli je svěřeno do péče zpravidla nejvýše 20 odsouzených<sup>74</sup>.

Pravomoc a odpovědnost každého pracovníka je přesně vymezena. Také úkoly občanských zaměstnanců jsou stejně jako u příslušníků přesně stanoveny nařízením generálního ředitele<sup>75</sup>. Zaměříme se nyní na odborné pracovníky, kteří tvoří tým specialistů, úzce spolupracující s obviněnými a odsouzenými a tvoří profesionální zázemí pro SP, kteří jsou objektem průzkumu.

**Speciální pedagog** – je odborný zaměstnanec oddělení, který garantuje u svěřených odsouzených odbornou úroveň realizace programu zacházení a vnitřní diferenciaci. Metodicky usměrňuje výkon práce vychovatelů a pedagogů volného času. Odpovídá, ve spolupráci s ostatními zaměstnanci, za úroveň odborného zacházení s jednotlivými odsouzenými v návaznosti na jejich komplexní zprávy<sup>76</sup>.

**Psycholog** – zodpovídá za odbornou psychologickou činnost a odbornou úroveň realizace programu zacházení s odsouzenými. Diagnostikuje psychologicky v potřebné míře svěřené odsouzené, zpracovává jejich psychologické posouzení v rámci komplexní zprávy, včetně doporučení pro program zacházení. Poskytuje poradenskou psychologickou pomoc, krizovou intervenci.

<sup>73</sup> Viz příloha č.5, Schéma s organizační strukturou pro oddělení výkonu vazby a trestu

<sup>74</sup> §2. Odst.2. Vyhláška Ministerstva spravedlnosti č. 345/1999 Sb, kterou se vydává řád výkonu trestu odnětí svobody, v platném znění

<sup>75</sup> Viz příloha č.6, NGR VS ČR č.26/2006, kterým se stanoví úkoly občanských zaměstnanců a příslušníků Vězeňské služby České republiky při zabezpečování výkonu trestu odnětí svobody

<sup>76</sup> Všechna následující vymezení jednotlivých profesí ve Vězeňské službě v NGR č.26/2006, příloha č.6

**Sociální pracovník** – dbá na zajištění a dodržování standardů kvality poskytovaných sociálních služeb, jeho úkolem je samostatná sociální práce, zaměřená zejména na plynulý přechod odsouzených do občanského života. Poskytuje sociální poradenství. V rámci individuálního a skupinového zacházení s odsouzenými má jeho práce charakter sociální terapie, směřující k sociální rehabilitaci.

**Vychovatel** – jeho základním úkolem je komplexní výchovná, vzdělávací ale i diagnostická a preventivní činnost, zaměřená na celkový rozvoj osobnosti a na socializaci, resocializaci a reedukaci včetně cílených opatření k optimalizaci vzdělávacího procesu odsouzených a realizaci protidrogové prevence v rámci věznice.

**Vychovatel - terapeut**, je odborný zaměstnanec oddělení, který realizuje individuální a skupinové terapie, individuální a skupinové zacházení s odsouzenými. Jeho práce má terapeutický charakter. Sleduje účast odsouzených v programu zacházení a změny jejich chování. Volí metody a formy přiměřené pro klienty zařazené do terapeutických programů.

**Pedagog volného času** má za úkol realizaci individuální a skupinové, zájmové a sebeobslužné, eventuálně podle odbornosti a kvalifikace i terapeutické, zejména rukodělné, sportovní a kulturní činnosti s odsouzenými.

Všichni tito specialisté se podílejí na zkoumání příčin vzniku mimořádných událostí a navrhnou příslušná opatření k jejich řešení, předcházení a eliminaci. Vyjadřují se k výběru odsouzených při jejich zařazení do práce a přerazování odsouzených do jiného typu věznice nebo k jejich přemístění. Podílejí se na rozhodování o povolování volného pohybu mimo věznici, o dočasném opuštění věznice, účasti na akcích mimo věznici, atd.

## **2.2 Cíl průzkumu**

Cílem průzkumu je ověřit, v jaké míře jsou sociální pracovníci v českém vězeňství ohroženi syndromem vyhoření. Ověřit, je-li rozdíl v míře vyhoření u ženské a mužské populace respondentů, pokud ano, jak velký. Zjistit, je-li větší míra vyhoření u SP, kteří pracují v této profesi více let. Zda-li jsou syndromem vyhoření (dále jen SV) ohroženi více pracovníci, kteří než nastoupili na pozici SP ve věznici, již v pomáhající profesi pracovali. Zjistíme, stoupá-li míra ohrožení SV spolu s věkem sociálního pracovníka. Ověříme je-li tato míra vyšší u sociálního pracovníka se středoškolským nebo vysokoškolským vzděláním.

## **2.3 Předpoklady průzkumu**

Vzhledem k specifčnosti prostředí českého vězeňství a jeho klientele předpokládám, že specialisté, kterými jsou sociální pracovníci, mohou trpět syndromem vyhoření.

- **Předpoklad č.1:** Předpokládám, že na pozici sociálního pracovníka pracuje více žen než mužů.
- **Předpoklad č.2:** Předpokládám, že ženy jsou více ohrožené syndromem vyhoření než muži.
- **Předpoklad č.3:** Předpokládám, že se stoupajícím věkem budou tito specialisté více ohroženi syndromem vyhoření.
- **Předpoklad č.4:** Předpokládám, že sociální pracovníci, kteří již před současnou profesí ve věznici, pracovali v pomáhající profesi, budou více ohroženi syndromem vyhoření
- **Předpoklad č.5:** Předpokládám, že vzhledem k délce vykonávané profese na pozici sociálního pracovníka ve vězeňství, budou ti, kteří pracují na této pozici delší dobu, ohroženi syndromem vyhoření více.
- **Předpoklad č.6:** Předpokládám, že s ohledem na dosažené vzdělání, budou vysokoškolsky vzdělaní sociální pracovníci syndromem vyhoření ohroženi více, než jejich středoškolsky vzdělaní kolegové.
- **Předpoklad č.7:** Předpokládám, že sociální pracovníci, kteří působí, ve vazebních věznicích, budou více ohroženi syndromem vyhoření.

## 2.4 Použitá metod

S ohledem na dané téma, jsem se při jeho zpracovávání rozhodla k získání potřebných dat pomocí kvantitativní dotazníkové metody. Tato metoda, splňuje požadavek získání dat v krátkém čase od velkého množství respondentů. Vlastní dotazník se skládá ze dvou částí<sup>77</sup>. První část tvoří baterie otázek, podle kterých jsou respondenti rozděleni do těchto základních kategorií:

- pohlaví,
- věku,
- délky vykonávané profese pomáhajícího,
- délky vykonávané profese na pozici sociálního pracovníka ve vězeňství,
- vzdělání,
- typu věznice ve které pracují.

Druhou částí je standardizovaný dotazník<sup>78</sup>, zaměřený na zjištění míry psychického vyhoření BM ( dále jen Burnout Measure), podle autorské dvojice profesorky Dr.Ayala Pines a Elliot

<sup>77</sup> Viz příloha č. 7, Dotazník použitý při realizaci průzkumu

<sup>78</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 1998. *Jak neztratit nadšení*. Vyd.1. Praha: Grada Publishing. s. 36

Aronson, který uvádí ve své knize „Jak neztratit nadšení“ Jaro Křivohlavý. Tento dotazník jsem vybrala na základě konzultace s vedoucí této bakalářské práce. Vhodný je proto, že není určen pro specifickou skupinu či profesi, ale je vhodný pro každého, kdo si chce změřit míru vlastního psychického vyhoření. Je zaměřen na tři různé aspekty jevu celkového vyčerpání, kterými jsou:

- pocity fyzického (tělesného) vyčerpání, které člověk prožívá jako celkovou slabost, únavu, stav kdy se cítí znaven, až vyčerpán, (otázky č.1, 4, 7, 10, 16, 20),
- pocity emocionálního (citového) vyčerpání, které člověk prožívá jako bezvýchodnou situaci, cítí se v tísní, osamocen atd., (otázky č. 2, 5, 6, 9, 13, 14, 19, 21),
- pocity duševního (psychického) vyčerpání, kdy se člověk cítí bezcenný, ztratí iluze a může nabýt přesvědčení o marnosti vlastní existence. (otázky č.3, 8, 11, 12, 15, 17, 18).

Další výhodou, kterou uvádí Křivohlavý „je dobrá vnitřní konzistence, vysoká míra shody při opakování (tzv. reliabilita) po uplynutí jednoho až čtyř měsíců. BM má vysokou míru shody mezi údaji, kdy se člověk hodnotí sám a kdy ho měří ten, kdo ho dobře zná“<sup>79</sup>.

Dotazník BM se skládá z 21 otázek. Na tyto otázky respondent odpovídá pomocí stupnice, která má sedmibodovou škálu: 1=nikdy, 2=jednou za čas, 3=zřídka kdy, 4= někdy, 5=často, 6=obvykle, 7=vždy

**Dotazníky jsou hodnoceny dle následujícího postupu Pines a Aronson<sup>80</sup>:**

Z daného vzorce byla vypočítána hodnota BQ, která udává míru psychického vyhoření (BM).

**Položka (A)** udává součtem hodnot uvedených u otázek číslo:

1, 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 21.

**Položka (B)** udává součtem hodnot uvedených u otázek číslo:

3, 6, 19 a 20.

**Položka (C)** udává odečtem položky (B) od čísla 32:

$32 - B = C$

**Položka (D)** udává součtem hodnot (A) a (C):

$A + C = D$

**Celkové skóre (BQ)** je vypočítáno dělením hodnoty (D) číslem 21:

$D : 21 = BQ$

**Takto jsou výsledky interpretovány dle Pines a Aronson<sup>81</sup>:**

---

<sup>79</sup> Tamtéž, s. 38

<sup>80</sup> Tamtéž, s. 37

- je-li výsledná hodnota 2 a nižší, lze tento výsledek považovat za velmi dobrý,
- hodnoty nad 2,0 až do 3,0 lze hodnotit jako uspokojivý výsledek,
- leží-li výsledná hodnota mezi 3,0 a 4,0, pak se doporučuje ujasnit si žebříček hodnot, neboť se jedná o jakési varovné stádium, kdy se doporučuje zamyslet se nad životem a prací, nad životním stylem a smysluplností vlastního života,
- je-li celkový výsledek nad 4,0 až do 5,0 lze považovat přítomnost syndromu psychického vyčerpání za prokázanou,
- při výsledku vyšším nežli 5,0 je tento stav považován za havarijní signál.

Původně měl dotazník třetí část<sup>82</sup>, ale tato byla v předběžném průzkumu, kdy jsem oslovila některé ze SP, hodnocena jako moc „na tělo“. Z obavy, že dotazníky většina z oslovených nevyplní, protože se budou otázkami cítit obtěžováni či ohroženi, jsem tuto baterii otázek vyřadila.

Nejdříve jsem zamýšlela rozeslat dotazníky e-mailovou poštou, ale naskytla se mi jedinečná příležitost, které jsem bez váhání využila. V měsíci listopadu, probíhalo v Institutu vzdělávání ve Stráži pod Ralskem školení zaměstnanců VS ČR, působících na pozici sociálního pracovníka. Za spolupráce pro potřeby průzkumu proškolených kolegyň, byli účastníci tohoto školení požádáni o vyplnění mého dotazíku. Dokonce ani za těchto podmínek, kdy byla absolutně dodržena anonymita respondentů, nebyla návratnost stoprocentní, jak je uvedeno v tabulce č.1. Celkový počet sociálních pracovníků, působících na této pozici ve Vězeňské službě České republiky, byl v době průzkumu 113 respondentů. Z tohoto celkového počtu se jich 12 průzkumu nezúčastnilo.

---

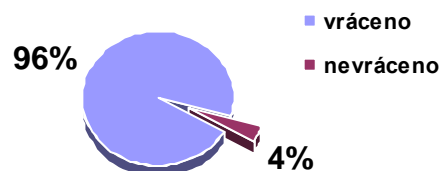
<sup>81</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 1998. *Jak neztratit nadšení*. Vyd.1. Praha: Grada Publishing, s. 39

<sup>82</sup> Viz příloha č.8, Vyřazená baterie otázek z dotazníku

**Tab. č. 1 Návratnost dotazníků**

Rozdáno (ks)	Vráceno (ks)	Nevráceno (ks)	Vyřazeno (ks)	Použito
101	97	4	10	87 ks
Rozdáno (%)	Vráceno (%)	Nevráceno (%)	Vyřazeno (%)	Použito (%)
100	96,04	3,96	10,31	89,69

Celkem bylo rozdáno 101 dotazníků, na které odpovědělo 87 respondentů, kteří tvoří výzkumný vzorek. 10 dotazníků se vrátilo nevyplněných a čtyři se nevrátily vůbec.



Graf č. 1 Návratnost dotazníků

## 2.5 Popis zkoumaného vzorku

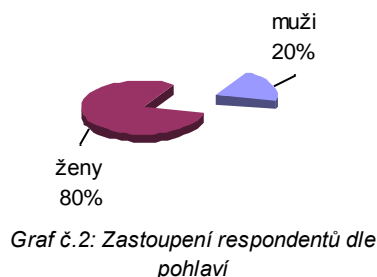
Výzkumný vzorek tvořili **všichni** sociální pracovníci VSČR, kteří se zúčastnili školení. Jednalo se o školení vyplývající z povinností splnění kvalifikačních předpokladů<sup>83</sup> a dalšího vzdělávání sociálních pracovníků, uložených zákonem o sociálních službách č.108/2006 Sb., ve znění pozdějších předpisů, §111 odstavec 3, písmeno d). Z tohoto důvodu, byla předpokládána většinová účast všech těchto specialistů. Ti, kteří mají výše uvedenou povinnost vyplývající ze zákona splněnu individuálním absolvováním akreditovaných kurzů, byli z účasti omluveni.

Ze 101 rozdaných dotazníků, mi bylo zpět vráceno 87 řádně vyplněných dotazníků (zaokrouhлено 90%), deset nevyplněných a čtyři nebyli vráceny vůbec. Celková velikost výzkumného vzorku je 87 sociálních pracovníků. Z toho je 17 mužů a 70 žen, jak můžeme vidět v tabulce č.2.

**Tab.č.2: Zastoupení respondentů podle pohlaví**

Pohlaví	Muži	Ženy	Celkem
Počet respondentů	17	70	87
Počet respondentů (%)	19,5	80,5	100

Z výsledných hodnot, které jsou uvedeny v tabulce č.2 vidíme, že většina specialistů na pozici sociálního pracovníka ve vězeňství jsou ženy. Ve vzorku 87 dotázaných převažují ženy, kterých je 70, což činí 80%. Mužů je pouze 17, uvedených 20%, jak můžeme vidět na grafu č.2.

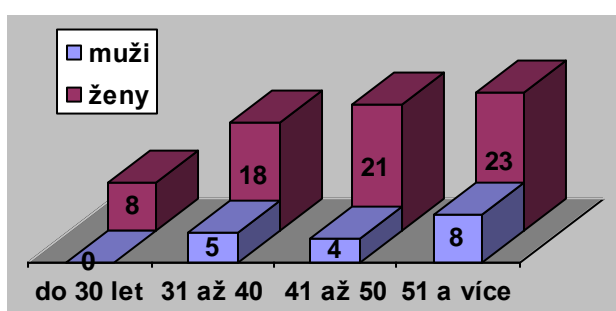


<sup>83</sup> Viz. příloha č.9, Osvědčení. Další vzdělávání sociálních pracovníků podle zákona o sociálních službách č.108/2006 Sb., ve znění pozdějších předpisů, §111 odstavec 3, písmena d)



**Tab. č.3 Zastoupení respondentů ve věkových kategoriích**

Věková kategorie	Do 30 let	31 až 40 let	41 až 50 let	51let a více	Celkem
Počet mužů	0	5	4	8	17 mužů
Počet (%)	0	29,41	23,53	47,06	100
Počet žen	8	18	21	23	70 žen
Počet (%)	11,43	25,71	30	32,86	100

**Graf č.3 Zastoupení respondentů ve věkové kategorii**

V tabulce č.3 máme kategorie mužů i žen rozdělené podle věku. Nejvíce mužů i žen se nachází v kategorii 51 let a více.

## 2.6 Získaná data a jejich interpretace

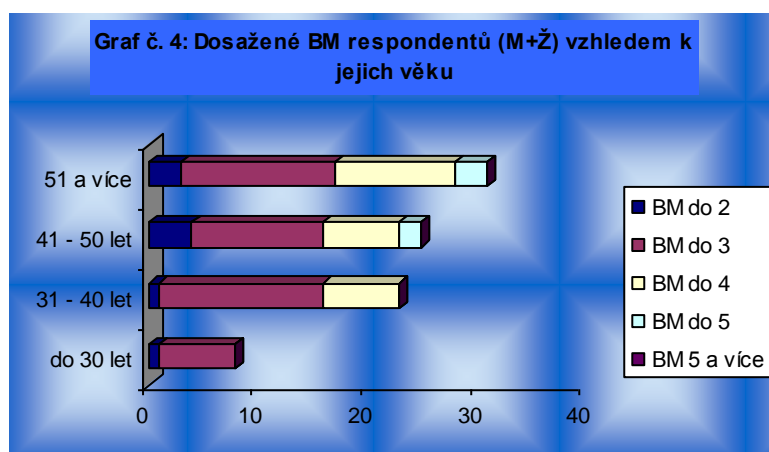
V této části práce budeme vyhodnocovat data, získaná z obou částí dotazníků. Při vyhodnocování ověříme, jak byly naplněny uvedené předpoklady. Pro názornost uvedeme tabulky a grafy. První část dotazníku byla zaměřena na zjištění dat, podle kterých můžeme respondenty roztrždit do jednotlivých kategorií (např. věku, délky praxe v pomáhající profesi, délky praxe na pozici sociálního pracovníka ve vězeňství, atd.) Tato data pak použijeme v souvislosti s naměřenými hodnotami BM u respondentů.

Abychom zjistili, zdali jsou se stoupajícím věkem respondenti více ohroženi SV, uspořádali jsme získaná data celkového počtu 87 respondentů (M+Ž), do tabulky č.4.

**Tabulka č.4 Naměřené hodnoty BM respondentů (M+Ž) vzhledem k jejich věku**

Věková kategorie respondentů (M+Ž)		Dosažená hodnota BM					
		=> 2	2 -3	3-4	4-5	5=>	celkem
Do 30 let	počet respondentů	1	7	0	0	0	8
	%	1,14	8,04	0	0	0	9,18
31 - 40 let	počet respondentů	1	15	7	0	0	23
	%	1,14	17,24	8,04	0	0	26,42
41 - 50 let	počet respondentů	4	12	7	2	0	25
	%	4,59	13,79	8,04	2,29	0	28,71
51 let a více	počet respondentů	3	14	11	3	0	31
	%	3,44	16,09	12,64	3,44	0	35,61
Celkem v kategoriích SP		9	48	25	5	0	87
Celkem v kategoriích SP (%)		10,31	55,16	28,72	5,73	0	100

Pokud je naměřená hodnota BM nejvýše 2, můžeme tento výsledek považovat za dobrý.



V této skupině máme devět respondentů.

Následuje skupina, u které byla naměřená hodnota BM od 2 do 3, jak je uvedeno v tabulce č.4. Tento výsledek je hodnocen jako uspokojivý a dosáhlo ho 48 respondentů (55,16%).

Jedná se o nejpočetnější skupinu respondentů

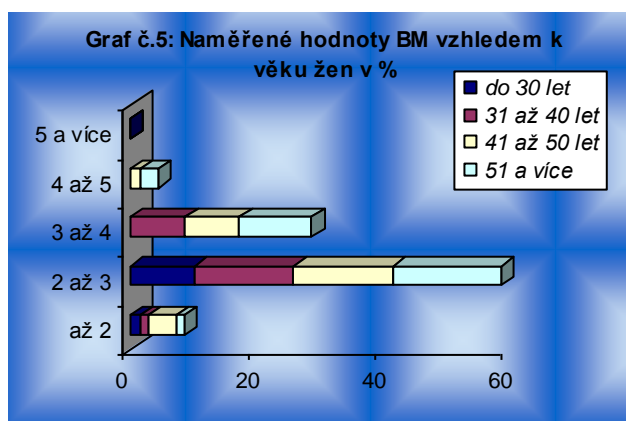
Hodnot 3 až 4, dosáhlo 25 respondentů. Je to druhá nejpočetnější skupina. Respondenti v této skupině se již nachází v jakémsi varovném stádiu a měli by si ujasnit žebříček hodnot, zamyslet se nad svým životem, prací atd. Přítomnost SV lze považovat za prokázanou u těch respondentů, kteří dosáhli naměřené hodnoty 4 až 5. Tvoří ji pět respondentů. Tzv. havarijní hodnoty vyšší než 5, nedosáhl žádný respondent.

Dále jsme samostatně vyhodnotili skupinu žen. Nejnížší naměřená hodnota BM u žen byla 1,6 nejvyšší 4,0. Žádná z žen nedosáhla hodnoty 5 a více, kdy jak uvádí Křivohlavý, je třeba neotálet a obrátit se na nejbližšího klinického psychologa či terapeuta.

**Tabulka č.5: Naměřené hodnoty BM vzhledem k věku v kategorii žen**

Věková kategorie žen		Dosažená hodnota BM					
		=> 2	2 -3	3-4	4-5	5=>	celkem
Do 30 let	počet žen	1	7	0	0	0	8
	%	1,42	9,99	0	0	0	11,41
31 – 40 let	počet žen	1	11	6	0	0	18
	%	1,42	15,71	8,57	0	0	25,7
41 – 50 let	počet žen	3	11	6	1	0	21
	%	4,28	15,71	8,57	1,42	0	29,98
51 let a více	počet žen	1	12	8	2	0	23
	%	1,42	17,14	11,42	2,85	0	32,83
Celkem v kategoriích Ž		6	41	20	3	0	70
Celkem v kategoriích Ž (%)		8,57	58,57	28,57	4,29	0	100

Pokud vyhodnotíme samostatně početnější skupinu z celku 87 respondentů, kterou tvoří ženy zjistíme, že dobrého výsledku, kdy je naměřená hodnota 2 a nižší, dosáhlo pouze 6 žen (8,57%). Nejpočetnější je skupina 41 žen (58,57%), které dosáhly uspokojivého výsledku, naměřené hodnoty BM 2-3. Dvacet žen, což je z celkového počtu sedmdesáti respondentek 28,57 %, by se již mělo zamyslet nad svým



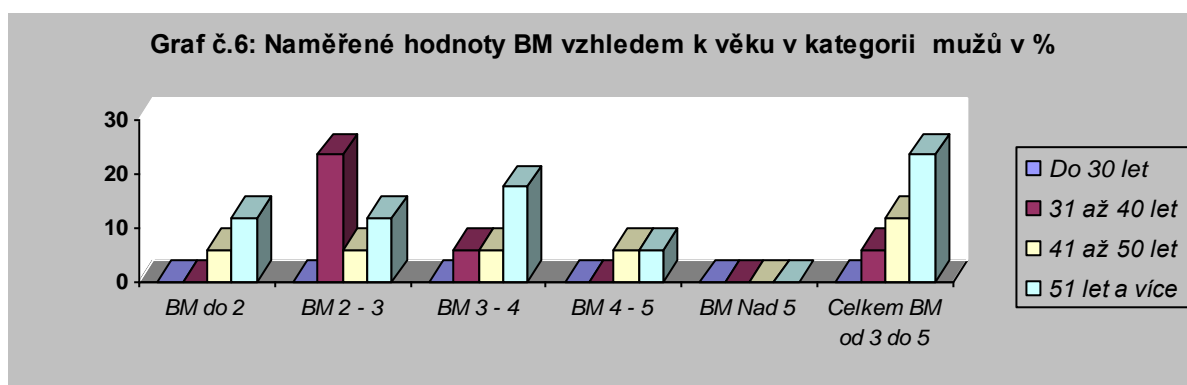
životem, prací a ujasnit si žebříček hodnot, neboť se nacházejí v tzv. varovném stádiu. U třech žen (4,29 %), jak máme uvedeno v tabulce č.5, z celkového počtu respondentů, lze považovat přítomnost SV za prokázanou. Hodnoty pět a více, žádná z žen nedosáhla.

Předpokládala jsem také, že starší respondenti budou více ohroženi SV. U žen, máme naměřené hodnoty BM v jednotlivých věkových kategoriích uvedeny v tabulce a grafu č.5. Ve věkové kategorii do 30 let, nebyla hodnota BM 3 a více naměřena žádné z žen. Ve věkové kategorii 31 až 40 let, se již šest žen (8,57%), nachází ve varovném stadiu. Hodnoty 4,0 a více, žádná nedosáhla. V kategorii 41 až 50 let, se ve varovném stadiu nachází stejný počet žen (8,57%), ale zde již byla jedné z nich naměřena hodnota 4 až 5. Tak lze u jedné ženy (1,42%), pokládat přítomnost SV za prokázanou. V následující kategorii (51 let a více), je přítomnost tohoto syndromu prokázána již dvěma ženám (2,85%) a počet žen nacházejících se ve varovném stadiu je osm (11,42%). Jak můžeme názorně vidět i na grafu č.5, s rostoucím věkem, roste i míra ohrožení SV u žen.

Následně uvádíme, jak byli vyhodnoceni muži. Skupina mužů je menší než skupina žen, ale i zde je z tabulky a grafu č.6 jasně vidět, že i u mužů byl tento předpoklad splněn. Ve věkové kategorii do třiceti let nemáme žádného muže. V kategorii od 31 do 40 let máme celkem pět mužů. Z toho byla čtyřem mužům naměřena hodnota BM 2 až 3, a jeden muž se nachází ve varovném stadiu. V kategorii od 41 let do 50 se ve varovném stadiu také nachází jeden muž. V této kategorii máme již u jednoho muže naměřenou hodnotu BM 4 až 5, což znamená, že u tohoto muže je přítomnost syndromu psychického vyhoření prokázána. V nejvyšší věkové kategorii 51 let a více, se již ve varovném stadiu nacházejí tři muži (17,64%), u jednoho (5,88%), lze přítomnost SV považovat za prokázanou.

**Tabulka č.6: Naměřené hodnoty BM vzhledem k věku v kategorii mužů (dále jen M)**

Věkové kategorie mužů		Dosažená hodnota BM					
		=> 2	2 -3	3-4	4-5	5=>	celkem
Do 30 let	počet M	0	0	0	0	0	0
	%	0	0	0	0	0	0
31 – 40 let	počet M	0	4	1	0	0	5
	%	0	23,52	5,88	0	0	29,40
41 - 50 let	počet M	1	1	1	1	0	4
	%	5,88	5,88	5,88	5,88	0	23,52
51 let a více	počet M	2	2	3	1	0	8
	%	11,76	11,76	17,64	5,88	0	47,04
Celkem v kategoriích M		3	7	5	2	0	17
Celkem kategoriích M (%)		17,64	41,16	29,41	11,76	0	100



Nejnižší naměřená hodnota BM u mužů byla 1,9 a nejvyšší 4,8.

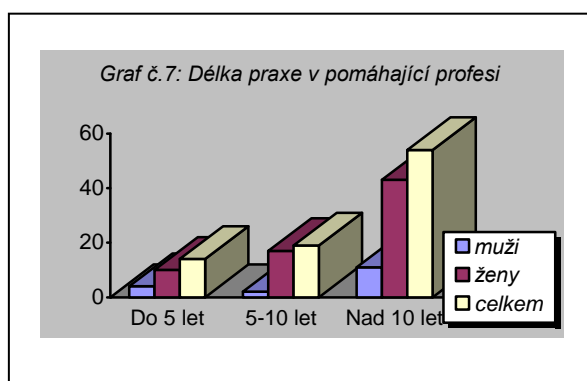
Jak můžeme názorně vidět na grafu č.6, u mužů je se stoupajícím věkem vyšší míra ohrožení SV.

**Ověření platnosti předpokladu č.3:** Výsledné hodnoty BM, uvedené v tabulce a grafu č.4, nám potvrzují správnost předpokladu, že s přibývajícím věkem je míra SV vyšší. Tento předpoklad se potvrdil u celkové skupiny respondentů a následně při vyhodnocení žen i mužů samostatně.

Další část průzkumu byla věnována zjišťování míry vyhoření v souvislosti s dobou, po kterou respondenti pracovali v pomáhající profesi.

**Tab. č.7 Délka praxe v pomáhající profesi podle počtu SP v jednotlivých věkových kategoriích**

Kategorie	Délka praxe v pomáhající profesi			
	do 5let	5 – 10 let	Nad 10 let	celkem SP
Počet mužů	4	2	11	17
Počet žen	10	17	43	70
<b>Celkem mužů a žen</b>	14	19	54	87



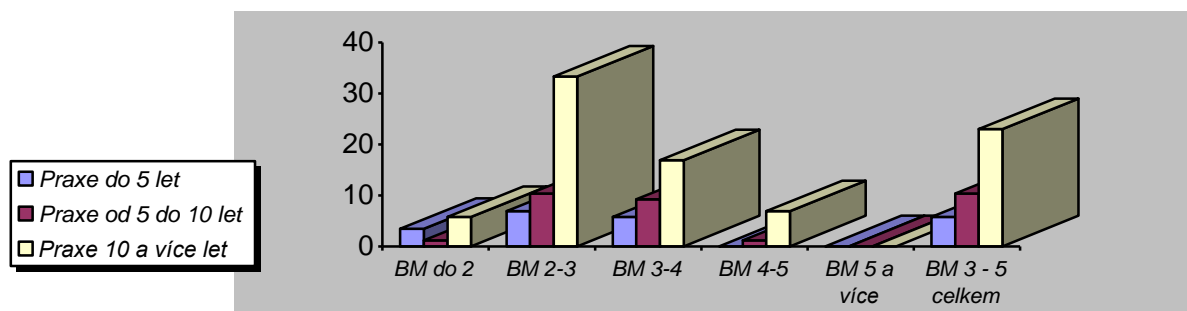
V tabulce a grafu č.7 můžeme vidět, že nejpočetnější skupiny tvoří pracovníci s praxí nad deset let. Celkem je to 54 sociálních pracovníků. Tento vzorek tvoří 11 mužů a 43 žen.

Nejdříve jsme vyhodnotili celkovou skupinu osmdesáti sedmi respondentů, jak je uvedeno v tabulce a grafu č.8. Tuto jsme následně rozdělili na dvě skupiny a vyhodnotili jsme skupinu žen a skupinu mužů. Tyto dvě skupiny byly rozděleny do tří podskupin, podle jejich délky praxe v pomáhajících profesích.

**Tab.č.8 Naměřené hodnoty BM respondentů podle praxe v pomáhající profesi**

Praxe v pomáhající profesi		počet respondentů (M+Ž)					
		vyjádřeno v %					
Hodnota BM		=> 2	2 -3	3-4	4-5	5=>	celkem
Do 5 let	počet respondentů	3	6	5	0	0	14
	%	3,44	6,89	5,74	0	0	16,07
5 - 10 let	počet respondentů	1	9	8	1	0	19
	%	1,14	10,34	9,19	1,14	0	11,81
Nad 10 let	počet respondentů	5	29	14	6	0	54
	%	5,74	33,33	25,92	6,89	0	71,88
Celkem ve všech kategoriích		9	44	27	7	0	87
Celkem ve všech kategoriích		10,34	50,57	31,03	8,04	0	100

Graf č.8: Naměřené BM respondentů podle délky praxe v pomáhající profesi v %



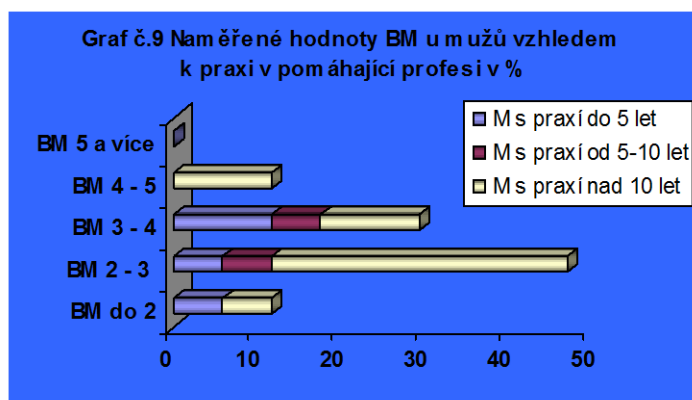
Za jeden z možných faktorů, které by mohli ovlivnit míru syndromu vyhoření u SP, považujeme dobu praxe v pomáhající profesi. Jak můžeme vidět v tabulce a grafu č.8, s přibývajícími lety respondentů v pomáhající profesi, roste počet těch kteří jsou více ohroženi syndromem vyhoření. Také jsme sečetli skupiny nacházející se ve varovném stadiu, se skupinami u kterých již je přítomnost SV prokázána. Tyto jsou pro názornost o růstu ohrožení SV s přibývajícími lety praxe v pomáhající profesi, uvedeny na konci grafu č.8 (naměřené hodnoty BM 3 až 5).

Tabulka č. 9: Naměřené hodnoty BM u mužů vzhledem k praxi v pomáhající profesi

Kategorie mužů		Naměřené hodnoty BM					
		=> 2	2 -3	3-4	4-5	5=>	celkem
<b>Do 5 let</b>	počet mužů	1	1	2	0	0	4
	%	5,88	5,88	11,76	0	0	23,52
<b>5 - 10 let</b>	počet mužů	0	1	1	0	0	2
	%	0	5,88	5,88	0	0	11,76
<b>Nad 10 let</b>	počet mužů	1	6	2	2	0	11
	%	5,88	35,29	11,76	11,76	0	64,69
<b>Celkem ve všech kategoriích</b>	počet mužů	2	8	5	2	0	17
<b>Celkem ve všech kategoriích</b>	%	11,76	47,05	29,40	11,76	0	100

Z výsledků uvedených v tabulce č.9 je patrné, že mezi muži, kteří pracují v pomáhající profesi déle, přibývá těch, kteří jsou více ohroženi syndromem vyhoření.

Ve skupině s praxí nad deset let se dva muži (11,76%) nachází ve varovném stadiu.



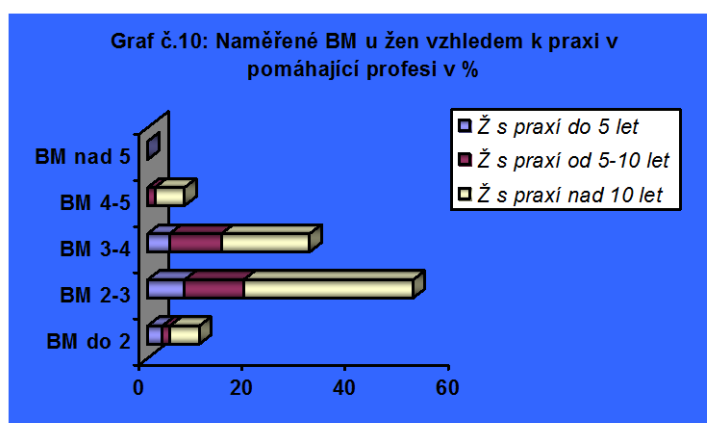
V této skupině máme také dva muže (11,76%), u kterých můžeme považovat přítomnost syndromu vyhoření za prokázanou. Nejnižší naměřená hodnota BM u mužů byla 1,9 a nejvyšší 4,8.

**Tabulka č.10: Naměřené hodnoty BM u žen vzhledem k praxi v pomáhající profesi**

Věková kategorie ženy		Naměřené hodnoty BM					
		=> 2	2 -3	3-4	4-5	5=>	celkem
Do 5 let	počet žen	2	5	3	0	0	10
	%	2,85	7,14	4,28	0	0	
5 - 10 let	počet žen	1	8	7	1	0	17
	%	1,42	11,42	9,99	1,42	0	
Nad 10 let	počet žen	4	23	12	4	0	43
	%	5,71	32,85	17,14	5,71	0	
Celkem ve všech kategoriích		počet žen	7	36	22	5	70
Celkem ve všech kategoriích		%	9,99	51,42	31,43	7,14	100

Při vyhodnocování kategorie žen jsme zjistili, že ve skupině žen s praxí v pomáhající profesi do 5 let, jich většina dosáhla uspokojivého výsledku. Dvě ženy (2,85%) mají dobrý výsledek. Pěti ženám (7,14%) byla neměřena hodnota BM 2 až 3. Dosáhly tak uspokojivého výsledku. Za ohrožené SV lze považovat tři ženy (4,28%), které se již nacházejí ve varovném stadiu. Přítomnost SV, ani havarijní stav nebyl prokázán u žádné z žen.

Při vyhodnocení BM u žen, které pracovaly v pomáhající profesi pět až deset let, dosáhla dobrého výsledku jedna žena (11,42%). Osm žen



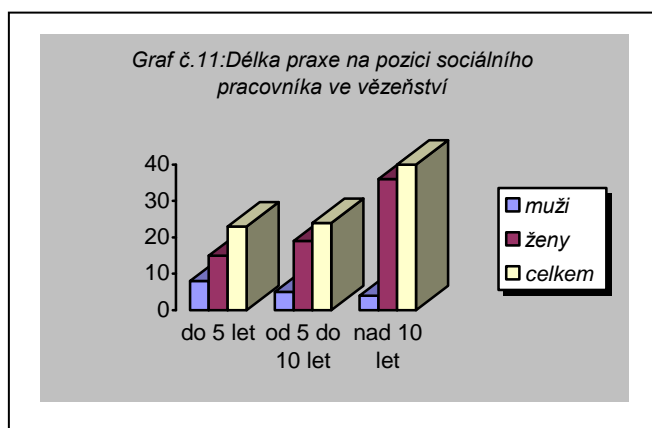
(11,42%), mělo uspokojivý výsledek. V této skupině, se ve varovném stádiu nachází sedm žen (9,99%) a u jedné ženy je přítomnost SV prokázána. Havarijní stav není prokázán u žádné.

Ve skupině žen s praxí více jak deset let, jsou čtyři ženy (5,71%) s dobrým výsledkem. Dvacet tři žen (32,85%) dosáhlo výsledku uspokojivého. Ve varovném stádiu se nachází dvanáct žen (17,14 %). Ženy, u kterých můžeme přítomnost SV považovat za prokázanou, jsou čtyři ( 5,71 %). Hodnoty 5 a více, což je považováno za havarijní stav, nedosáhla žádná z žen.

**Ověření platnosti předpokladu č.4:** Předpoklad č.4, podle kterého s přibývajícím roky praxe v pomáhající profesi, roste míra ohrožení SV, byl průzkumem ověřen jako platný. Dále si uvedeme data potřebná k ověření platnosti předpokladu č.5. Podle tohoto předpokladu by měli být respondenti, kteří pracují na pozici SP ve vězeňství déle, ohrožení SV více, než respondenti pracující na této pozici kratší dobu.

**Tab.č.11 Délka praxe na pozici sociálního pracovníka ve věznici**

Praxe na pozici SP ve věznici	Do 5 let	5 - 10 let	Nad 10 let	Celkem
Počet mužů	8	5	4	17
Počet žen	15	19	36	70
Celkem respondentů	23	24	40	87



Celkovou skupinu osmdesáti sedmi respondentů, jsme rozdělili na skupinu žen a skupinu mužů. Tyto dvě skupiny, byly dále rozděleny podle jejich délky praxe na pozici sociálního pracovníka ve věznici. V tabulce a na grafu č.11, můžeme vidět, že nejpočetnější skupinu mužů a žen tvoří pracovníci s praxí nad

10 let. Je zajímavé že nejpočetnější skupina mužů je s praxí do pěti let. Mohli bychom si to vysvětlit tak, že zájem mužů o tuto profesi roste a tak jich v posledních letech přibývá.

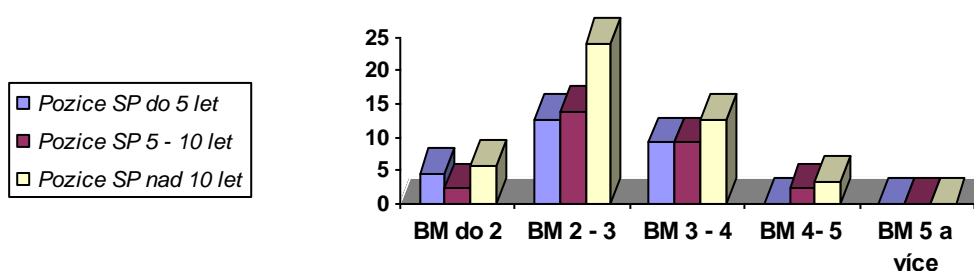


**Tabulka č.12 Naměřené hodnoty BM v souvislosti s praxí na pozici SP ve věznici**

Praxe na pozici sociálního pracovníka ve věznici		Dosažená hodnota BM					
		=> 2	2 -3	3-4	4-5	5=>	celkem
Do 5 let	počet SP	4	11	8	0	0	23
	%	4,59	12,64	9,19	0	0	26,43
5 – 10 let	počet SP	2	12	8	2	0	24
	%	2,29	13,79	9,19	2,29	0	27,58
Nad 10 let	počet SP	5	21	11	3	0	40
	%	5,74	24,13	12,64	3,44	0	45,97
Celkem v kategoriích SP		11	44	27	5	0	87
Celkem v kategoriích SP (%)		12,62	50,56	31,02	5,73	0	100

Na pozici sociálního pracovníka ve věznici s praxí do 5 let, máme skupinu dvaceti tří (26,43%) respondentů. U čtyř respondentů (4,59%) v této skupině, byla naměřena hodnota BM do 2. Hodnoty BM 2 až 3 dosáhlo celkem jedenáct (12,64%) respondentů. Vyšších hodnot BM 3 až 4, což znamená že se nacházejí ve varovném stadiu, dosáhlo osm (9,19%) respondentů. Přítomnost SV nebyla prokázána u žádného respondenta pracujícího na pozici SP ve věznici méně než 5 let. Skupinu respondentů, kteří pracují na pozici SP ve věznici pět až deset let, tvoří celkem dvacet čtyři SP. Dva (2,29%) dosáhlo dobrého výsledku (BM do 2) a dvanáct (13,79%) respondentů dosáhlo hodnot 2 až 3 (uspokojivého výsledku). Osm (9,19%) respondentů v této skupině, se již nachází ve varovném stadiu (BM 3 až 4) a u dvou (2,29%) můžeme považovat přítomnost SV za prokázanou.

**Graf č.12: Naměřené hodnoty BM dle praxe na pozici sociálního pracovníka ve věznici**



Ve skupině respondentů, kteří jsou na této pozici zaměstnáni více jak deset let je celkem 40 (45,97%) SP. V této skupině dosáhlo pět (5,74%) respondentů dobrého výsledku. Dvacet jedna respondentů (24,13%) dosáhlo uspokojivého výsledku (BM 2 až 3). Jedenáct SP (12,64%) se nachází ve varovném stadiu a u třech respondentů (3,44%) můžeme považovat přítomnost SV za prokázanou. Z naměřených hodnot v jednotlivých věkových kategoriích je zřejmé, že u respondentů, kteří pracují na pozici sociálního pracovníka déle, je míra ohrožení syndromem vyhoření vyšší.

**Ověření platnosti předpokladu č.5:** Jak můžeme vidět v tabulce a grafu č.12, průzkumem se potvrdil předpoklad, že respondenti, kteří pracují na pozici SP ve vězeňství delší dobu, budou více ohrožení SV

Dále uvedeme naměřené hodnoty BM v souvislosti s dosaženým vzděláním respondentů. Zde si též nejdříve vyhodnotíme celkovou skupinu respondentů. Pro úplnost pak skupinu mužů a žen zvlášť.

**Tabulka č. 13: Zastoupení SP dle dosaženého vzdělání**

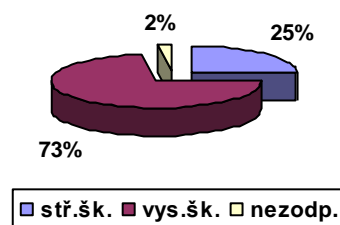
Dosažené vzdělání	středoškolské	vysokoškolské	neuvedeno	celkem
Počet M	1	16	0	17
Počet M (%)	1,14	18,39	0	19,54
Počet Ž	21	47	2	70
Počet Ž (%)	24,13	54,02	2,28	80,43
<b>Celkem SP</b>	<b>22</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	<b>87</b>
<b>Celkem SP (%)</b>	<b>25,28</b>	<b>72,41</b>	<b>2,28</b>	<b>100</b>

Kvalifikační požadavek na pozici SP je vysokoškolské vzdělání s výjimkami, které jsou dány zákonem o sociálních službách. Jeden z mužů a 21 žen, ze skupiny respondentů, nemají vysokoškolské vzdělání. Dvě z žen na otázku neodpověděly. Můžeme se domnívat, že na ni neodpověděly uvedeného důvodu, nebo tuto otázku vynechali aniž si to uvědomily.

Pokud bychom se zaměřili vysloveně na splnění kvalifikačních předpokladů na danou pozici respondentů, bylo by nezbytné dotazník doplnit o

otázku, z které bychom se dozvěděli, kolik dotazovaných respondentů v současné době studuje.

Graf č. 13: Zastoupení SP dle dosaženého vzdělání



**Tabulka č.14: Naměřené hodnoty BM vzhledem k dosaženému vzdělání v kategorii SP**

Dosažené vzdělání respondentů (muži a ženy)	Naměřené hodnoty BM					
	=> 2	2 -3	3-4	4-5	5=>	Celkem
<b>středoškoláci</b>	1	15	6	2	0	24
%	1,14	17,24	6,89	2,29	0	27,56
<b>vysokoškoláci</b>	8	29	20	4	0	61
%	9,19	33,33	22,98	4,59	0	70,09
<b>neuvedeno</b>	0	0	2	0	0	2
%	0	0	2,29	0	0	2,29
<b>Celkem SP</b>	<b>9</b>	<b>44</b>	<b>28</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>87</b>
<b>Celkem SP (%)</b>	<b>10,34</b>	<b>50,57</b>	<b>32,18</b>	<b>6,89</b>	<b>0</b>	<b>100</b>

V tabulce č.14 můžeme vidět, že z celkového počtu osmdesáti sedmi respondentů, bylo dvacet osm respondentů (32,18%) vyhodnoceno s dosaženým BM 3-4, což znamená že se nacházejí ve varovném stadiu. Z těchto dvaceti osmi respondentů je šest respondentů (6,89%)

středoškolsky vzdělaných, dvacet respondentů (22,98%) vysokoškolsky vzdělaných. V této skupině se nacházejí také dvě respondenty, které své vzdělání neuvedly.

Hodnota BM 4 až 5, byla naměřena šesti (6,89%) respondentům. Z těchto šesti respondentů, u kterých můžeme považovat přítomnost SV za prokázanou, jsou dva (2,29%) středoškoláci a čtyři (4,59%), vysokoškoláci.

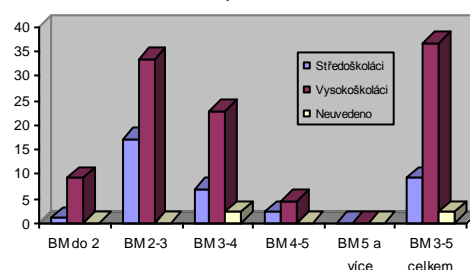
Dále se budeme zabývat samostatně skupinou žen

**Tabulka č.15: Naměřené hodnoty BM vzhledem k dosaženému vzdělání u skupiny žen**

Dosažené vzdělání			Dosažená hodnota BM					
			=> 2	2 -3	3-4	4-5	5=>	celkem
Ženy	středoškolačky	počet	1	15	5	2	0	23
		%	1,42	21,42	7,14	2,85	0	26,43
	vysokoškolačky	počet	6	21	16	2	0	45
		%	8,57	29,99	22,85	2,85	0	51,72
	neodpověděly	počet	-	-	2	-	-	2
		%	-	-	2,85	-	-	2,29
Celkem v kategorii			7	36	23	4		70
Celkem v kategorii (%)			9,99	51,42	32,85	5,71		100

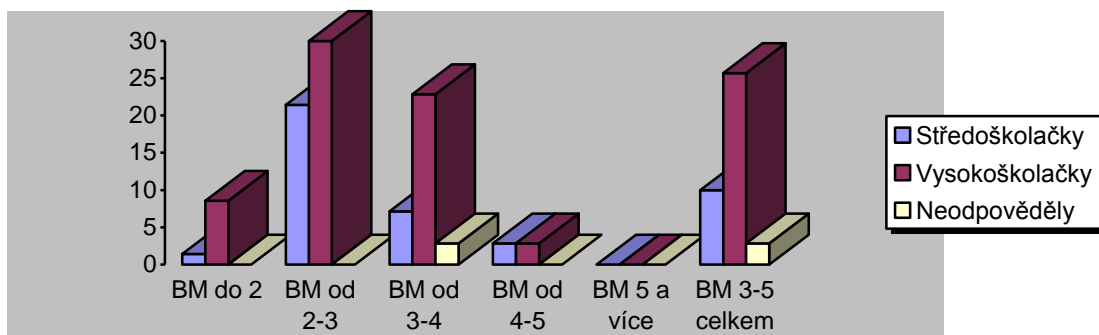
Uvedené hodnoty BM v tabulce č.15, nám ukazují, že z dvaceti tří (26,43%) žen se středoškolským vzděláním, se jich pět (7,14%) nachází ve varovném stadiu. Dvě (2,85%) z žen, dosáhly hodnoty 4 až 5, a tak je u nich možno považovat přítomnost SV za prokázanou. Z vysokoškolsky vzdělaných žen, kterých je celkem čtyřicet pět, se jich šestnáct nachází ve varovném stadiu (22,85%). Stejně jako středoškolačky, také dvě vysokoškolačky (2,85%) dosáhly hodnot BM 4 až 5, tudíž je možno u nich považovat přítomnost syndromu vyhoření za prokázanou. Jak můžeme vidět na grafu č.13, vysokoškolsky vzdělané ženy jsou ohrožené syndromem vyhoření více než ženy se středoškolským vzděláním. Pokud by dvě z respondentek, které své vzdělání neuvedly, byly středoškolačky, výsledek by to neovlivnilo.

**Graf č.14: Naměřené hodnoty BM vzhledem k dosaženému vzdělání respondentů**



Stále by byla skupina vysokoškolsky vzdělaných respondentek ohrožených SV větší, než skupina středoškolsky vzdělaných žen.

**Graf č.15: BM vzhledem k dosaženému vzdělání u skupiny žen**



Následně jsme vyhodnotili skupinu mužů, zastoupenou sedmnácti respondenty. Její většinu tvoří šestnáct vysokoškolsky vzdělaných mužů. Zde nám vyšlo, že dobrého výsledku, hodnoty do 2, dosáhli dva muži, 11,76%. Osm mužů, kteří tvoří většinu z této skupiny (47,5%) dosáhlo uspokojivého výsledku. Vzhledem k tomu, že pět mužů (23,52%) včetně jednoho středoškoláka se nachází ve varovném stádiu a u dvou mužů (11,76%) můžeme považovat přítomnost SV za prokázanou.

V této části se budeme zabývat samostatně skupinou mužů.

**Tabulka č.16: BM vzhledem k dosaženému vzdělání u skupiny mužů**

Dosažené vzdělání mužů			Dosažená hodnota BM					
			=> 2	2 -3	3-4	4-5	5=>	celkem
Muži	středoškoláci	počet mužů	0	0	1	0	0	1
		%	0	0	5,88	0	0	5,88
	vysokoškoláci	počet mužů	2	8	4	2	0	16
		%	11,76	47,05	23,52	11,76	0	94,09
Celkem v kategorii mužů			2	8	5	2	0	17
Celkem v kategorii mužů (%)			11,76	47,05	29,4	11,76	0	100

Jak jsme uvedli, pouze jeden z mužů je středoškolsky vzdělaný. Tomuto respondentovi je více než 50 let. V pomáhající profesi a na současné pozici sociálního pracovníka ve věznici pracuje 10 a více let. Byla mu naměřena hodnota 3,8 což znamená, že se nachází v rizikové skupině, neboť je jeho naměřená hodnota blíže hodnotě 4, kdy už je přítomnost syndromu prokázána. Tento výsledek nelze v průzkumu použít, neboť jeden případ nemůže ověřit celý předpoklad.

### **Ověření platnosti předpokladu č.6:**

Výsledky průzkumu, které uvádíme v tabulce a grafu č.14, nám ukazují, že míra ohrožení SV je vyšší u respondentů s vysokoškolským vzděláním. Předpoklad č.5 byl ověřen jako platný.

## ***2.7 Ověření platnosti předpokladů uvedeného průzkumu***

**Předpoklad č.1:** Předpokládám, že na pozici sociálního pracovníka pracuje více žen než mužů.

**Závěr předpokladu č.1:** Výsledné hodnoty, které jsou uvedeny v tabulce č.2 potvrzují předpoklad, že většina specialistů na pozici sociálního pracovníka ve vězeňství jsou ženy. Ve vzorku osmdesáti sedmi dotázaných převažují ženy, kterých je sedmdesát, což činí 80%. Mužů je pouze sedmnáct, uvedených 20%, jak můžeme vidět na grafu č.1.

**Předpoklad č.2:** Předpokládám, že ženy jsou více ohrožené syndromem vyhoření než muži.

**Závěr předpokladu č.2:** Předpokládala jsem, že budou ve větší míře syndromem vyhoření ohroženy ženy. Opak je pravdou. Hodnotu BM 4 až 5, která již prokazuje přítomnost syndromu vyhoření, vykazuje 11,76 % mužů. Ve skupině žen jsou to pouze 4,29 %. Tento předpoklad se nenaplnil.

**Předpoklad č.3:** Předpokládám, že se stoupajícím věkem budou tito specialisté více ohroženi syndromem vyhoření.

**Závěr předpokladu č.3:** Jedním z ohrožujících faktorů, který by mohl ovlivnit míru ohrožení syndromu vyhoření, by mohl být věk. Můžeme se domnívat, že jinak se bude se zátěží vyrovnávat mladý člověk, jinak sociální pracovník ve středním věku, a jinak pracovník před odchodem do penze. Předpoklad byl, že se stoupajícím věkem pracovníků, bude míra syndromu vyhoření vyšší. Výsledky uvedené v tabulce a grafu č.4, kde jsou uvedeny hodnoty BM vzhledem k věku SP, potvrzují správnost předpokladu. Vezmeme-li skupinu žen, můžeme vidět v tabulce a grafu č.5, že u žádné z žen, ve věku do 40 let není prokázána přítomnost syndromu vyhoření. Syndrom vyhoření je prokázán u jedné ženy ve věku nad 41 let a dvou žen, ve věku nad 50 let. Tento předpoklad se potvrdil i při vyhodnocení skupiny mužů, kdy u starších mužů je míra ohrožení syndromem vyhoření větší, jak máme uvedeno v tabulce a grafu č.6.

**Předpoklad č.4:** Předpokládám, že sociální pracovníci, kteří již před současnou profesí ve věznici, pracovali v pomáhající profesi, budou více ohroženi syndromem vyhoření.

**Závěr předpokladu č.4:** Předpoklad, že sociální pracovníci, kteří již před nástupem na pozici sociálního pracovníka ve věznici pracovali v jiné pomáhající profesi, byl podle uvedených hodnot v tabulce a grafu č.8, naplněn.

**Předpoklad č.5:** Vzhledem k délce vykonávané profese na pozici sociálního pracovníka ve vězeňství, budou ti, kteří pracují na této pozici delší dobu, ohroženi syndromem vyhoření více.

**Závěr k předpokladu č.5:** Doba strávená na jedné pracovní pozici v jednom zaměstnání, pozitivně koreluje s intenzitou syndromu vyhoření, jak máme uvedeno v teoretické části<sup>84</sup>. Podle naměřených hodnot BM v jednotlivých kategoriích, jak je názorně uvedeno v tabulce a grafu č.12 je patrné, že s přibývajícími lety praxe na této pozici je míra ohrožení syndromem vyhoření vyšší. Předpoklad č.5, že vzhledem k délce vykonávané profese na pozici sociálního pracovníka ve věznici, budou respondenti více ohroženi syndromem vyhoření, se splnil.

**Předpoklad č.6:** S ohledem na dosažené vzdělání předpokládám, že budou vysokoškolsky vzdělaní sociální pracovníci syndromem vyhoření ohroženi více, než jejich středoškolsky vzdělaní kolegové.

**Závěr předpokladu č.6:** Jak máme uvedeno v teoretické části, kapitole 1.1.1. obecně platí, že vyšší vzdělání disponuje k rychlejšímu nástupu syndromu vyhoření než vzdělání nižší pravděpodobně proto, že lidé s vyšším vzděláním očekávají od své práce více a více do ní investují. Z výsledků uvedených v tabulce č.14, a grafu č.15 je názorně vidět, že byl předpoklad splněn. Ze samostatného vyhodnocení kategorie žen vyplynulo, že jsou ženy s vyšším vzděláním, více ohrožené syndromem vyhoření. Přestože dvě z respondentek na dotaz ohledně svého vzdělání neodpověděly, je z výsledků zřejmé, že sociální pracovníci s vysokoškolským vzděláním jsou ohroženi syndromem vyhoření více, než sociální pracovníci se vzděláním středoškolským. Z tabulek a grafů č.14 a č.15 můžeme vidět, že míra ohrožení SV u mužů, je vyšší než u žen. U skupiny mužů nelze vyhodnotit rozdíl mezi mírou ohrožení syndromem vyhoření u respondentů se středoškolským a vysokoškolským vzděláním, neboť je v této skupině pouze jeden respondent se středoškolským vzděláním.

**Předpoklad č.7:** S ohledem na typ věznice, ve kterém sociální pracovníci působí, předpokládám, že u sociálních pracovníků vazebních věznic, bude větší míra ohrožení syndromem vyhoření.

**Závěr k předpokladu č.7:** Jak bylo v průběhu výzkumu zjištěno, nelze tento předpoklad vzhledem k diferenciaci věznic potvrdit ani vyvrátit. Otázka v dotazníku byla zadána na typ

---

<sup>84</sup>viz kapitola 1.1.1 Příčiny syndromu vyhoření.

věznice - vazební věznice. Diferenciace věznic tak, jak jsem ji v otázce uvedla není výstižná. Proto odpovědi na tuto otázku nelze vyhodnotit jako platné. Předpokládala jsem, že u sociálních pracovníků, kteří pracují nejen s odsouzenými ale i obviněnými, bude míra ohrožení syndromem vyhoření vyšší. Jak uvádím v teoretické části, práce s odsouzenými a s obviněnými se v některých jejích aspektech liší.

## **2.8 Shrnutí poznatků průzkumu**

Cílem průzkumu bylo získat potřebná data, která by ukázala jak velká je míra ohrožení syndromem vyhoření u sociálních pracovníků ve věznicích České republiky. Z uvedeného průzkumu vyplynulo, že specialisté na pozicích sociálních pracovníků ve věznicích České republiky jsou ohroženi syndromem vyhoření a jsou více ohroženi muži než ženy. Tento poznatek vede k zamyšlení proč jsou to právě muži. Mohl by být podnětem, k dalšímu zkoumání z hlediska genderového zatížení u těchto specialistů.

Dále šetření ukázalo, že také vyšší věk pracovníků se projevil jako jedna z možných příčin snížené odolnosti vůči SV. Sociální pracovníci byli rozděleni do čtyř věkových kategorií. Respondenti zařazení do věkové skupiny 51 let a více, se v průzkumu projeví jako ohroženější, než jejich mladší kolegové.

Předpoklad, že respondenti, kteří pracují v pomáhající profesi více roků, jsou více ohroženi syndromem vyhoření, se též naplnil. Průzkumem se ověřilo, že dlouhodobá zátěž, kterou v práci s klienty prožívají, je unavuje a proto snáze podléhají vyčerpání. Jedním z možných faktorů vyšší míry ohrožení syndromem vyhoření u sociálních pracovníků ve věznicích, je zátěž, která vyplývá z tohoto specifického prostředí.

Výsledek průzkumu také potvrdil vyšší míru vyhoření u vysokoškolsky vzdělaných sociálních pracovníků. To je zapříčiněno více důvody. Jak uvádíme v teoretické části, obecně platí, že vyšší vzdělání disponuje k rychlejšímu nástupu syndromu vyhoření než vzdělání nižší, pravděpodobně proto, že lidé s vyšším vzděláním očekávají od práce více a více do ní investují. Na rozdíl od kolegů specialistů jiných oborů, není u sociálních pracovníků oceňována kvalifikace získaná v magisterském stupni vysokoškolského studia. Mohou se tak cítit nedostatečně ohodnocení.

Poslední z předpokladů se nepodařilo potvrdit ani vyvrátit. Vycházel z domněnky, že respondenti, kteří pracují s obviněnými i odsouzenými, budou více ohroženi SV. Jak se během průzkumu ukázalo, nelze na základě působení SP v různých typech věznic zjistit rozdílnost v míře ohrožení SV. Domnívám se, že souvislost mezi problematikou syndromu

vyhoření a růzností klientů je mnohem složitější a mohla by být také podnětem k dalšímu průzkumu.

Průzkum vycházel z obecného předpokladu náročnosti práce ve věznicích s nedobrovolnou klientelou. Lze konstatovat, že zpětná vazba od uvězněných osob není dostatečná a demotivující může být i jejich recidiva. To, že se sociální pracovník podílí na resocializačním programu odsouzených, kteří se do výkonu trestu opakovaně navracejí, nepodporuje jeho pocit uspokojení z vykonané práce.



### 3 ZÁVĚR

Tématem a cílem této bakalářské práce, bylo komplexně analyzovat problematiku syndromu vyhoření u sociálních pracovníků ve věznicích České republiky a zjistit, jak moc jsou tito specialisté syndromem vyhoření ohroženi.

V teoretické části jsme vycházeli z poznatků odborníků, které s daným tématem souvisí. Tyto byly čerpány z uvedených informačních zdrojů. Syndrom vyhoření je výsledkem celkového mentálního a fyzického vyčerpání vedoucí, mimo jiné, ke ztrátě zájmu pokračovat dále ve své práci. Vzniká vlivem dlouhodobého působení různých stresujících faktorů v osobním a pracovním životě. Při zvládání zátěží způsobujících syndrom vyhoření je také důležitá osobnost pomáhajícího, jeho umění udržet si odstup a zároveň umět pomoci. V této práci jsme se zaměřili na profesi sociálního pracovníka a snažili se přiblížit specifika sociální práce ve vězeňství. Jedním z hlavních aspektů burnout u sociálních pracovníků ve věznicích je právě práce s klienty, kteří se zde ocitají nedobrovolně. Sociální pracovník se v resocializačních programech snaží přizpůsobit sociálně nepřizpůsobivé. Recidivu klientů, pak může vnímat jako svůj neúspěch a ztrácí tak víru ve smysluplnost vykonávané práce. Prostředí věznic s nutnými bezpečnostními opatřeními, může také negativně ovlivnit jeho psychickou pohodu a rovnováhu.

Průzkumem, který je uveden v praktické části, byla zjišťována míra ohrožení syndromem vyhoření u sociálních pracovníků ve VS ČR. V době získávání dat, bylo na pozicích sociálních pracovníků ve věznicích České republiky 113 sociálních pracovníků. Do průzkumného vzorku bylo zařazeno 87 (76,99%) respondentů. Vzorek byl dostatečně velký. Z výsledků průzkumu vyplnilo, že tito specialisté jsou skutečně ohroženi syndromem vyhoření.

Na začátku praktické části jsme si stanovili jednotlivé předpoklady, které jsme postupně vyhodnocovali. Z výsledků vyplynulo, že míra ohrožení SV je vyšší u mužů než u žen. Tak nebyl naplněn jeden z předpokladů, že ženy budou ohrožené syndromem vyhoření více než muži. Tento poznatek by mohl být předmětem dalšího šetření, zaměřeného na genderové odlišnosti a jejich vliv na míru ohrožení syndromem vyhoření. Přestože byla zachována absolutní anonymita respondentů, nepodařilo se získat data od všech, kteří byli osloveni. Také nelze vyloučit ani možnost, že někteří z nich neodpověděli vždy podle skutečnosti.

Byla bych potěšena, pokud by se tato práce stala podnětem k dalšímu možnému výzkumu v dané problematice. Po celou dobu průzkumu bylo čerpáno z uvedených informačních zdrojů, ze kterých vychází i uvedený návrh opatření.

## 4 NÁVRH OPATŘENÍ

Jak jsme si v bakalářské práci uvedli, příčiny vzniku syndromu vyhoření jsou multifaktoriální. Proto i návrh opatření bude zaměřen jak na mimopracovní tak na pracovní prostředí.

Syndrom vyhoření vede ke sníženému pracovnímu nasazení. Promítá se nejen do postojů a způsobů jednání s klienty, ale také s kolegy a nadřízenými. Proto by měl být problém syndromu vyhoření jedním z důvodů zájmu VS ČR v péči o své zaměstnance zejména v podobě možnosti dalšího sebevzdělávání, které je důležité v osobním rozvoji a nese s sebou osobní spokojenost. Lze doporučit:

- V rámci Vězeňské služby využít vzdělávacích kurzů poskytovaných Institutem vzdělávání VS ČR.
- Poskytnutí podpory zaměstnavatele, v případě zvyšování kvalifikace studiem na vysoké škole v oborech souvisejících s danou specializací.
- Poskytnutí podpory při účasti v akreditovaných kurzech a programech celoživotního vzdělávání. Například Katedra sociálních studií a pedagogiky, Fakulty přírodovědně-humanitní a pedagogické TUL, zajišťuje tyto kurzy:
  - Psychopatologie pro penitenciární praxi
  - Trendy sociální práce v penitenciární a postpenitenciární oblasti
  - Efektivní komunikace pro sociální pracovníky
  - Aktivizace a animace v sociální práci
  - Multikulturní rozněř sociální práce

Důležitou součástí v obraně před SV, je víra ve smysl poslání, vědomí potřebnosti a uznání ze strany společnosti. Doporučuji:

- s využitím médií, více veřejnost informovat o účelu a poslání VS ČR a přiblížit tak problematiku trestu a trestání, v souvislosti s resocializací, široké veřejnosti,
- s využitím médií republikových i regionálních trvale ovlivňovat negativní postoj společnost vůči lidem pracujícím ve vězeňství a zároveň tak posílit prestiž odborníků, kteří pracují s odsouzenými a obviněnými,
- zvýšit podporu sociálních pracovníků zaměstnavatelem poskytnutím supevize tak jak je v současné době poskytována vybraným odborníkům na specializovaných odděleních,
- po vzoru Hasičského záchranného sboru ČR a PČR zavést pro VS ČR anonymní krizovou linku, ale i zřídit resortní psychologickou službu pro zaměstnance a příslušníky VS ČR,

- Vzhledem k pracovnímu prostředí a klientele se kterou SP pracují, je nezbytné trvale se věnovat otázkám jejich duševní hygieny a fyzické kondice, formou rekondičních pobytů v zotavovnách VS ČR. Tím také u těchto zaměstnanců, zvýšit jejich fyzickou a psychickou odolnost.

## 5 SEZNAM INFORMAČNÍCH ZDROJŮ

- BAJCURA, Lubomír. Nástin periodizace dějin vězeňství v českých zemích v letech 1945–1969. In: *České vězeňství*. roč. 6. 1999. č. 2–3.
- BAŠTECKÁ, Bohumila – GOLDMANN, Petr. 2001. *Základy klinické psychologie*. Vyd.1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-550-4
- HARTL, Pavel - HARTLOVÁ, Helena. 2000. *Psychologický slovník*. Vyd.1.Praha: Portál ISBN 807178-303-X
- HAWKINS, Petr – SHOHET, Robin. 2004. *Supervize v pomáhajících profesích*. Vyd.1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-715-9
- HAVRDOVÁ, Zuzana. 1999. *Kompetence v praxi sociální práce*. Praha: Osmium. ISBN 80-902081-8-5
- KAHOUN, Vilém a kol. 2007. *Vybrané kapitoly k sociální práci –sociální práce II*. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-064-5
- KALLWASS, Angelika. 2007. *Syndrom vyhoření v práci a osobním životě*. Vyd.1. Praha: Portál. ISBN 80-978-80-7367-299-7
- KOPŘIVA, Karel. 2006. *Lidský vztah jako součást profese*. Vyd.5. Praha: Portál. ISBN 80-7367-181-6
- KÝR, Aleš. Portrét doc. PhDr. Jiřího Čepeláka, CSc. *České vězeňství*. č:2-3/1999. Vydavatel: Vězeňská služba České republiky
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 1998. *Jak neztratit nadšení*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-7169-551-3
- MAROON, Istifan in MATOUŠEK, Oldřich. a kol. 2003. *Metody řízení sociální práce*. Vyd.1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-548-2
- MATOUŠEK, O. a kol. 2003. *Metody řízení sociální práce*. Vyd.1. Praha : Portál. ISBN 80-7178-548-2
- NETÍK, Karel. NETÍKOVÁ, Daria. HÁJEK, Stanislav. 1997. *Psychologie v právu. Úvod do forenzní psychologie*. Vyd.1.Praha: C.H.Beck. ISBN 80-7179-177-6
- NETÍK, Karel. NETÍKOVÁ, Daria. 1991. *Vybrané kapitoly z forenzní psychologie pro právníky*. Vyd.1. Praha : Karolinum. ISBN 80-7066-518-1
- PRAŠKO. Ján. a kol. 2003. *Poruchy osobnosti*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 80-7178-737-X
- SCHMIDBAUER, Wolfgang. 2008. *Syndrom pomocníka*. Vyd.1. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-369-7

SOCHŮREK, Jan. 2007. Kapitoly z penologie. II.díl. Teorie a praxe zacházení s vězňenými. TU Liberec. ISBN 978-80-7372-204-3

SÝKOROVÁ, Kateřina. 2008. Základy sociologie, filosofie a etiky pro pomáhající profese. Vyd.1. Liberec: TU v Liberci. ISBN 978-80-7372-323-1

ŠTĚRBA, Vladislav. 2007. *Penologie*. Vyd.1. Praha: Armex publishing. ISBN 978-80-86795-48-5

ŠVINGALOVÁ, Dana. 2006. *Stres a vyhoření u profesionálů pracujících s lidmi*. Vyd.1. Liberec: Technická univerzita v Liberci. ISBN 80-7372-105-8

ÚLEHLA, Ivan. 2005. *Umění pomáhat*. Vyd. 3. Praha: Slon. ISBN 80-86429-36-9

Listina základních lidských práv a svobod, Ústava ČR, v platném znění

Zákon č.555/1992 Sb., o Vězeňské službě a justiční stráží ČR, v platném znění

Zákon č.169/1999 Sb., o výkonu trestu odnětí svobody, v platném znění

Zákon č.293/1993 Sb., o výkonu vazby, v platném znění

Zákon č.106/1999 Sb., o svobodném přístupu k informacím, v platném znění

Zákon č.108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění

Zákon č. 100/1988 Sb., o sociálním zabezpečení, v platném znění

Zákon č. 111/2006 Sb., o pomoci v hmotné nouzi, v platném znění

Zákon č. 114/1988 Sb., o působnosti orgánů ČR v sociálním zabezpečení, v platném znění

Zákon č. 110/2006 Sb., o životním a existenčním minimu, v platném znění

Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, v platném znění

Zákon č. 94/1963 Sb., o rodině, v platném znění

Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní nebo ochranné výchovy, v platném znění

Zákon č. 218/2003 Sb., o soudnictví ve věcech mládeže, v platném znění

Zákon č. 257/2000 Sb., o probační a mediační službě ČR, v platném znění

Zákon č. 128/2000 Sb., o obcích, v platném znění

Zákon č. 129/2000 Sb., o krajích, v platném znění

Zákon č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti, v platném znění

Zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře, v platném znění

Zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, v platném znění

Zákon č. 328/1999 Sb., o občanských průkazech, v platném znění

Vyhláška č.345/1999 Sb., kterou se vydává řád o výkonu trestu odnětí svobody

Vyhláška MPSV č. 182/1991 Sb., kterou se provádí zákon o sociální zabezpečení, v platném znění

Vyhláška č.109/1994 Sb., Řád výkonu vazby, v platném znění

VS ČR. 2009. Nařízení generálního ředitele č.26/2006 čl.8, kterým se stanoví úkoly občanských zaměstnanců a příslušníků VSČR při zabezpečování výkonu trestu odnětí svobody

VS ČR. 2010. Nařízení generálního ředitele č. 42/2009, kterým se stanoví pravidla pro zřizování a činnost oddělení specializovaného pro výkon odsouzených s poruchami duševními a poruchami chování ve vazebních věznicích a věznicích VSČR.

VS ČR. 2010. Nařízení generálního ředitele č.12/2010 Sb., o vazebních věznicích a profilaci věznic Vězeňské služby České republiky.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychosomatika a zdraví*. [on line] [ 2009-06-24] Dostupné z <http://cs.wikipedia.org/wiki/Psychosomatika>

Psychosomatické onemocnění. [on line] [2009-06-28] Dostupné z

<http://www.czechhomeopathy.cz/>

<https://www.pmscr.cz/odborne-cinnosti/>

## SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek číslo	Název	Strana
1	Znak VS ČR	23
2	Paragrafy pod lupou	26
3	Prostředí věznic s bezpečnostním omezením	35
4	Mapa věznic ČR	41

## 6 SEZNAM PŘÍLOH

- Příloha č. 1 59 způsobů jak se bránit stresu, distresu a burnout
- Příloha č. 2 Sociální posouzení odsouzeného
- Příloha č. 3 Etický kodex sociálních pracovníků České republiky
- Příloha č. 4 NGR č.12/2010, o vazebních věznicích a profilaci věznic VS ČR
- Příloha č. 5 Schéma s organizační strukturou pro oddělení výkonu vazby a trestu
- Příloha č. 6 NGR č.26/2006, kterým se stanoví úkoly zaměstnanců a příslušníků VS ČR při zabezpečování výkonu trestu odnětí svobody
- Příloha č. 7 Dotazník použitý při realizaci průzkumu
- Příloha č. 8 Vyřazená baterie otázek z dotazníku
- Příloha č. 9 Osvědčení o absolvování dalšího vzdělávání sociálních pracovníků



### 59 ZPŮSOBŮ, JAK SE BRÁNIT STRESU, DISTRESU A BURNOUT

Jednotlivé rady jsou zde seřazeny v poměrně náhodném pořadí. Očíslovány jsou jen z toho důvodu, aby si čtenář mohl nalézt „tu svou“ a našel ji snadno a rychle.

1. Zkuste se naučit rozpoznávat příznaky stresu, abyste včas uměli poznat, že se dostáváte do stresového stavu a mohli ihned něco udělat pro to, aby se situace nezhoršovala.
2. Zjistíte-li, že se dostáváte do psychického napětí (do stresového stavu), zkuste na chvíli přerušit to, co děláte, zavřít oči, hluboce vydechnout a pak se pomalu nadechnout. Tento způsob dýchání můžete opakovat několikrát po sobě (např. 3 až 5krát).
3. Zjistíte-li, že se dostáváte do nervového napětí, zkuste na chvíli všeho nechat, zavřít oči a představit si místo, které je vám „oázou klidu“. Může to být např. někde v horách, kde jste zažili takovouto chvilku kouzelného ticha a klidu nebo někde, kde jste něco podobného zažili v doma v mládí. Může to být představa krajiny u moře, kterou znáte z dovolené nebo na vrcholu hory, kam jste se dostali atp. Odborně se zde hovoří o vizualizaci a imaginaci. Taková vizualizace samovolně uklidňuje.
4. Cítíte-li, že roste ve vašem těle napětí v důsledku nepříznivého působení určitého stresoru, zkuste na chvíli zcela uvolnit paže, nechat je viset bezvládně podle těla a po té sevřít vší silou ruce v pěst. Asi po pěti vteřinách toto pevné sevření naráz uvolněte. Snažte se přitom uvědomit, jak toto uvolnění sevřených pěstí blahodárně působí nejen na svaly rukou, ale na celé tělo, ba i na celou bytost. Opakujte to několikrát (3 až 5krát). Tento druh relaxačních cvičení můžete zkusit i s jinými svaly.
5. Cítíte-li, že „na vás padá“ určitá tíha a napětí, vstaňte, zajděte k umyvadlu a studenou vodou si nejprve dobře umyjte ruce a poté i obličej. Naberte si vždy plné hrstě studené vody a obličej nejen namočte, ale dlaněmi jej pohlad'te a přejeďte od čela po bradu. Nakonec otřete obličej ručníkem. Máte-li ručník typu froté s hrubým povrchem, poznáte, že jím to jde lépe. Nevysušte pokožku obličeje zcela. Ponechte ji mírně zavlhlou. Nechte ji samovolně doschnout. Osvěží vás to.
6. Cítíte-li určité napětí způsobené určitými stresory, zkuste se na chvíli projít. Zprvu jděte pomalu, ale neloudejte se dlouho. Osvěžující je rychlejší chůze např. rychlostí tak 6 km v hodině. Při chůzi zkuste „zdravě dýchat“, tj. uvést v soulad (koordinovat) dech s rytmem chůze. Jak? Např. tak, že na dva dvoukroky (levá — pravá) nadechujete a na tři dvoukroky provádíte pomalejší výdech.
7. Jste-li z práce nejen unaven, ale cítíte-li, že domů z práce přicházíte v určitém napětí, dejte si nejprve „čtvrthodinku odpočinku a klidu“. Ve chvílích pohody snažte se vysvětlit manželce (manželovi), že někdy takovouto chvilku pokoje po práci ze zdravotních důvodů nutně potřebujete. Z důvodů psychického zdraví to každý z nás potřebuje. Požádejte rodinu, aby vás v této čtvrthodině klidu nikdo nerušil (zvláště aby vás děti nerušily), aby na vás nic nikdo nechtěl a s žádnou prosbou, žádostí atp. se na vás neobracel.
8. Velkou pomocí k uklidnění je práce v zahrádce. Nejde jen o užitnou hodnotu zahrádky. Nejde jen o fyzickou — tělesnou práci, které je k udržování zahrádky třeba.

Jde i o radost ze sledování toho, jak rostliny rostou, jak se rozvíjejí, jak se blíží zralosti atp. Nadarmo neříkají Číňané, že ten, kdo si chce obstarat radost na celý život, si založí zahrádku.

9. V každé rodině se vyskytují problémy, přerůzné otázky a úkoly. Ty je třeba řešit. Podaří-li se je řešit v nevhodný čas, napětí může snadno stoupnout. Proto je třeba hledat vhodný čas pro řešení přerůzných rodinných problémů. Není však vhodné řešit je při jídle. Oběd by měl být chvílí radosti a pohody. Daleko vhodnější je řešit problémy na procházce. Zkuste si vyjít s manželkou (manželem) večer na procházku a při procházce parkem či v přírodě přijít s tím, co je třeba řešit. Půjďte-li vedle sebe a budete-li se držet za ruce, vnese to do vašich rozhovorů uklidnění. To je živnou půdou pro nalezení oboustranně přijatelného řešení.
10. K uvolnění napětí pomáhá dopřát si před spaním určitý „luxus“ např. ve formě poslechu krásné hudby. Na to, co to je „krásná hudba“ mohou být různé názory. Dohodněte se proto v rodině, „kdo by si co rád poslechl“ a rozdělte si čas naslouchání. Nebojte se a oddejte se cele poslechu třeba se zavřenýma očima: Krásná hudba potěší, uklidní a pozitivně naladí.
11. Hrajete-li třeba i jen skrovně (trochu) amatérsky, na některý hudební nástroj, využijte toho nejen pro krásu hudby, ale i pro duševní uvolnění. Jak? Nehrajte „pro sebe“ to, co dobře znáte. To unavuje. Působí to nudně na toho, kdo hraje. Zkuste zkoušet něco, co je o trochu těžší, nežli je to, co snadno zahrajete. Jde o cvičení, např. typu etud atp. Zkoušejte hrát, co jste ještě nikdy nezahráli. Třeba jen kousek. Pokuste se o to. Takovéto „cvičení“ na hudební nástroj, je jedním z nejlepších „relaxací“ uvolňovacích (relaxačních) cvičení.
12. Zpívejte si. Zpěv má svou estetickou hodnotu. Má však i velice příznivý vliv na tonizování naší psychiky. Ten, kdo si zpívá nejen relaxuje, ale přeladňuje své nitro. Zpíváte-li s radostí a vesele, bude vám to pomoci i při prevenci a zvládání stresů.
13. Zaveďte si hodinu „H“ hájení. Co se tím myslí? Hodinu předtím, nežli se jde spát, se doma žádné problémy neřeší. Vyskytnout se mohou. Někdo si může na něco vzpomenout, co by se mělo řešit. Je-li tomu tak, ať si to poznamená a druhý den se k tomu můžete vrátit. Klid před spaním má pro naše nervy cenu „zlata“.
14. Před spaním si dopřejte teplou sprchu nebo teplou lázeň. Ne horkou! A zvláště ne horkou koupel ve vaně, když máte obavy o své srdce. Ideálem je vlažná sprcha. Osvěží. Naladí k odpočinku v posteli. Připraví na klid a ten má svou cenu.
15. Některým lidem pomáhá k uklidnění před spaním četba beletrie (románů). Jiným řešení matematických rovnic. Další nedá dopustit na barokní hudbu, např. na poslech dětských pěveckých sborů, které ji zpívají. Zjistíte-li, co vás uklidňuje, dopřejte si to. Je však zapotřebí stanovit si časový limit hodinu, kdy se zhasíná, zavírají se oči a usíná se.
16. Usnutím končí den. Před usnutím však není marné v duchu si udělat určitou rekapitulaci toho dne, který končí. Jak? Je možno si v duchu projít vším podstatným, co jsme v právě končícím dnu prožili. Vyhledat v tomto „filmu dne“ věci kladné a potěšitelné. A zaradovat se ještě jednou z nich. Dopřát si to. Obdobným směrem jdou tzv. modlitby před spaním věřících lidí. Je v nich dík za vše, co bylo dopřáno přijmout, zažít a prožít v právě končícím dni. Njen to. Je v nich i obrazně řečeno odevzdání se do „milující náruče“ pro chvíle, které přijdou.
17. Spánek je pro uklidnění napjatých nervů úplným balzámem. Dopřejte si ho. V praxi však proti dobrému spaní „hřešíme“. Např. tím, že spaní v posteli, v níž se nám zrovna nejlépe nespí. Není marné zkusit si, co dělá např. laminátový spodek postele a co dělají polotuhé matrace. Co dělají např. viněné deky, případně v létě přikrývání se jen prostěradlem. Co dělají různé formy podhlavníků a polštářů (i osobních polštářků) atp.

18. Pro dobré spaní je dobré nejen ticho (nerušení spáče hlukem), ale i dobré větrání ložnice. Patří sem zcela organicky otevřené okno v ložnici. Ideálem i při spaní z hlediska psychické pohody je být v teple až po bradu, ale hlavu mít v chladu
19. Na uklidnění před spaním mají vliv nejen věci kladné, ale i záporné. Nedivte se, když nemůžete usnout po hádce, napínavém filmu či tzv. thrilleru v televizi. To, že můžete pak spát, je zcela přirozené. Opak by byl patologický. Chcete-li se dobře vyspat, vystříhejte se napjatých situací i těch, které si sami navodíte před spaním.
20. Těžko se usíná, když předtím tělo přijalo některé chemické látky, které mají povzbuzující účinek. Patří mezi ně v první řadě alkohol. Není však sám. Povzbudivě působí i kofein a thein, tj. káva či čaj vypitý před spaním. Obdobně tomu je s drogami. I ty působí jako psychotropní stimulanty, tj. duševní činnost povzbuzující chemické látky. I těm je dobré se vyhybat, jde-li nám o piné „vychutnání“ spánku.
21. Těžko se usíná s piným žaludkem. Proto se doporučuje od určité hodiny večer nejíst. Od kdy nejíst, v tom se různí odborníci liší. Někdo doporučuje jíst naposledy v šest. Jindy se setkáme s upozorněním, že po páté by se již nemělo nic konzumovat. Někdy je toto upozornění uvedeno již přímo na obalu lahůdky, kterou si koupíme - např. upozorněním typu „After six“ tj. to si můžete dopřát i po šesté hodině večer. Nejde však jen o dobu, kdy jíme. Neméně důležité je i to, co jíme. Těžká jídla znamenají i „těžké sny“ a únavu po ránu.
22. Jak je to s prášky na spaní? Pravdou je, že existují. Dokonce jich je velké množství různých druhů. Nejen to. Množství lidí, kteří jsou na ně zvyklí, je značné. A počet tabletek na spaní na „dobře“ jak se jim též říká, je nespočet. Ve světě patří k nejprodávanějším tabletkám vůbec. Jsou lidé, kteří by bez nich neusnuli. Pro mnohé z těchto tabletek na spaní existuje návyk. Toxikomanie nepatří k tomu, co podporuje duševní zdraví a úspěšně čelí stresům. Lépe je s takovýmito prášky na spaní ani nezačínat, nežli jim propadnout. Horní hranicí by byla možnost použít jich jen v kritických situacích, kdy spánek by byl narušen přílišným vzrušením např. před operací, při úmrtí někoho blízkých lidí atp.
23. Ráno moudřejší večera. Pravdou to je, neplatí to však obecně vždy a všude. Klidný start do nového dne, kterého je třeba k nadějnému zvládnutí stresů, před nimiž stojíme, vyžaduje i řadu úkonů a opatření. Pokud to jen jde, doporučuje se vstávat vždy ve stejnou hodinu. Někdo potřebuje pomalý start, „rozkoukat se a pomalu se rozhybat“. Na to je třeba naplánovat čas a nespustit den časovým stresem. Doporučuje se nejen teplá snídaně, ale i ranní tělocvik. Jako minimum zde platí: jít do práce alespoň kousek cesty pěšky. Chůze tonizuje uvádí do života blahodárný rytmus.
24. Psychologové mají k ránu též své připomínky. Hovoří o vhodnosti ranního rozmyšlení a plánování toho, co v nastávající den chceme udělat. Jak to provést? Je možno např. napsat si na kus papíru přehled všech možných úkolů, které před námi stojí. Poté přidělit každému z nich hodnotu naléhavosti — např. tím, že si tyto úkoly rozdělíme do skupin, kde (A) bude nejnaléhavější, (B) druhou nejnaléhavější atp. A poté si seznam přepsat podle „škatulek“ — co bude v (A), co v (B) atp. Po té sestavit to, co je ve škatulce (A) hierarchicky — podle žebříčku důležitosti a pak jen odškrtnout.
25. Ranní příprava, která má protistresový charakter jde však ještě hlouběji. Jde jí nejen o náš dobrý tělesný stav a o úkoly, které před námi stojí. Jde jí i o hlubší zaměření naší existence. O zamyšlení nad tím, co bychom dělat měli a co bychom měli přibrzdit. Myslí se tím zamyšlení nad tím, co je dobré a co tak dobré není — měřeno etickými hodnotami. Obdobným směrem jdou i ranní modlitby věřících lidí. I tam jde o zamyšlení z „vyššího hlediska“ nad tím „co dělat a co nedělat“. Ukazuje se, že díky

- těmto ranním zamyšlením se častokrát daří předejít situacím, které by nás dostaly do stresu, ba i do distresu a mohly by končit vyhořením (burnout).
26. Při zamyšlení nad tím, co dělat a co nedělat, bývá dobrým vodítkem pohled „dále do dopředu“. Rozumí se jím perspektiva vývoje toho, oč se snažíme, tj. jak to asi bude končit a čím to asi bude končit. Jaké to bude, až se to dovede do cíle. Nejde jen o úzký cíl, např. dokončení daného úkolu, ale o širší pohled, zahrnující bohatší sféru hodnot. Smysluplnost toho, co děláme, viděnou „od konce“. Např. stavíme si rodinný dům. Zamyšlení, o němž zde hovoříme, by nás vedlo k tomu nejen vidět tento dům již dokončený a nás v něm, ale i vidět např. děti a náš vzájemný vztah s dětmi, na který jsme při usilovné stavbě dost pozapomněli.
  27. To, co zde bylo řečeno o smysluplnosti naší činnosti, nás vede i k neustálému sledování smyslu a smysluplnosti toho, co děláme a oč se snažíme. Není divu, že vyhoříme, děláme-li věci smysluprázdné, i když by byly z určitého hlediska momentálně výhodné. A jak poznáme, že jde o smysluplnou činnost? Jedno kritérium říká, že to poznáme podle toho, zda bychom to, co děláme, dělali rádi a s plným nasazením i tehdy, kdyby za to nebyla ani koruna, případně i tehdy, když bychom neměli na nic jiného již čas.
  28. Intenzivní práce vyžaduje odpočinek. O něm můžeme hovořit v krátkodobé či dlouhodobé perspektivě. Můžeme o něm hovořit i v moderních termínech, jako o relaxaci (doslova uvolnění napětí). Jde-li o momentální relaxaci (uvolnění), může mít podobu pětiminutové pauzy, kterou si dáme po každé hodině práce.
  29. Nejjednodušší forma krátkodobé relaxace může mít podobu „zdravého dýchání“. Rozumí se jí nejprve co nejúplnější výdech a poté pomalý plný nádech (nádech do pilných plic). Mluvit o dýchání může se zdát nadbytečné, avšak učení o zdravém dýchání říká, že je třeba se nadechnout plně nejprve pohybem bránice, poté plným rozevřením hrudního koše a nakonec si dopřát tzv. klíčkový nádech. Ukazuje se, že toto poslední, tzv. klíčkové dýchání ovládají dobře ženy — maminky, avšak muži se je musí učit. Ženám zase často nejde brániční dýchání a to se musí pracně učit. Výdech se děje v opačném pořadí. Trvá však o třetinu času déle nežli nádech. Při něm je možno se soustředit na proud vzduchu, který vychází nosem. Tento proud vzduchu je možno jak při vdechu, tak i při výdechu ještě tónovat, tj. akusticky zabarvovat, případně dovolit si dýchat levou nebo pravou nosovou dírkou, případně tyto nosové dírkky při dýchání střídát.
  30. Krátkodobou, pětiminutovou relaxací může být i to, že vstaneme, když jsme předtím seděli, a projdeme se. Někdy je docela možno se protáhnout. Přinejmenším protáhnout nohy a narovnat záda. Poposednout. Změnit polohu. Stoupnout si, udělat předklon a pomalu v několika stále hlubších předklonech se pokusit sáhnout si před špičky nohy na podlahu. Udělat několik cviků, které nám jsou blízké (z gymnastických cvičení, jogy, strečinku, aerobiku atp.) Je např. dobré stoupnout si ke zdi a „narovnat si záda“. Existuje řada cviků při sezení na židli, při stání u stolu, při chůzi do schodů atp.
  31. Krátkodobou relaxací může být individuální úprava Jakobsonovy relaxace. V podstatě jde v ní v prvním kroku o usilovné napětí některých svalů (např. přitažení prstů špičky nohy směrem nahoru či dolů) a po té např. po pětisekundové výdrži příslušných svalův tomto napjatém stavu o jejich prudké uvolnění. Takovéto cviky můžeme provádět podle Jakobsonova plánu (od špičky nohou postupně nahoru až po svaly hlavy) nebo podle situační možnosti a osobní potřeby či záliby. Pocity uvolnění se přitom generalizují, tj. rozlévají se po celém těle a šíří se i do naší psyché.
  32. Krátkodobě relaxovat je možné i změnou činnosti. Kdo pracoval hlavou, pro změnu chvíli pracuje rukama. Kdo pracoval v sedě, pracuje chvíli ve stoje (jako Johan Wolfgang Goethe, který svého Fausta napsal ve stoje).

33. Relaxační účinek má i masáž svalů. Uvedli jsme již příklad masáž obličejových svalů. Tu je možno provádět nejen se studenou vodou, což je nejlepší, ale i „na sucho“. Např. tím, že si oběma rukama zakryjeme celý obličej, zavřeme oči a pomalu rukama táhneme od shora dolů při současném pomalém výdechu. Můžeme použití masáže svalů šíje mezi krkem a rameny. Jsme-li ve dvou (máme-li ke cvičení partnera či partnerku) není marné dopřát si radost z toho, že nám tuto masáž, n druhý (ta druhá).
34. Krátkodobá relaxace může mít i po výtce psychickou formu. Můžeme se v mysli představivostí (imaginací) odpoutat od místa, kde pracujeme, a „zahledět se v duchu“ do míst, která jsou nám symbolem klidu, míru a pokoje — kde jsme rádi, kde nám je dobře.
35. Krátkodobá relaxace může mít podobu, kterou jí dá hmat. Můžeme si vzít do ruky předmět, který je z hlediska hmatu krásný, podnětný (stimulující) a příjemný. Může to být např. kámen, který jsme si přinesli z výletu na vrchol některé hory. Může to být keramický výtvar. Může to být kousek dřeva, případně i umělecky ztvárněný výrobek ze dřeva, který jsme od někoho dostali jako dárek nebo který si v příslušném obchodě sami koupíme.
36. Krátkodobá relaxace může mít podobu zážitku vůně. Je možno si čichnout např. k růži či karafiátu. Je možno si čichnout k mateřídoušce, dobromyslu, tymiánu, mátě, heřmánku, lipovému květu, meduňce atp. Osvěžit může i vůně kolínské vody či určitého parfému. V podstatě jde o přeladění celkového vnímání - od toho, co nás zatěžuje na něco v podstatě odlišného, příjemného a uklidňujícího.
37. Krátkodobá relaxace může mít podobu i chuťového zážitku. Můžeme si občas dopřát něco dobrého „na zub“ něco sníst (např. ovoce, oříšek, obložený chlebiček atp.). Můžeme si dovolit něco dobrého vypít (např. ovocnou šťávu, džus, dobrou vodu čistou či s ovocnou šťávou, avšak bez bublinek, pakliže je podezření z existence vyššího krevního tlaku, atp.).
38. Krátkodobou relaxací může být i změna pohledové činnosti. Můžeme se zadívat na obraz (výtvarné dílo), na fotografii, na určitý předmět, který nás zajímá, např. na vteřinovou ručičku na hodinkách atp. Vítanou změnou v určité situaci může být i změna osvětlení. Rozsvítit světlo tam, kde dosud rozsvíceno nebylo i když jde třeba i jen o místní osvětlení.
39. Krátkodobou relaxací může být i vizualizace (představování si v duchu) např. modré barvy. Provádí se tím způsobem, že si při zavřených očích představujeme nejprve předměty, které jsou modré např. modré šaty, modrou oblohu, modrou barvu na naší vlajce atp. Poté si představujeme krajinu, kde převládá modrá barva např. pobřeží Jadranu zalité sluncem, krajinu v oblasti Arktidy či Antarktidy atp. Nakonec se zaměříme na modrou barvu „o sobě“ a zamyslíme se nad tím, co se jí asi vyjadřuje, čeho je symbolem atp.
40. Ke krátkodobé relaxaci můžeme použít i akustických podnětů. Můžeme se zaposlouchat do určité melodie, do akustických charakteristik něčího zpěvu či hlasu atp. Můžeme si pustit hudbu z radia či magnetofonu, zazpívat určitou píseň či i jen určitý popěvek atp.
41. Krátkodobou relaxací jsou i aktivity po výtce duševní. Příkladem může být opakování určité básně, vyjmenovávání jmen přátel a známých, řešení křížovky s tajenkou, učení se zpaměti určitým výroky, veršům, povzbuzujícím myšlenkám atp. Může jí být i počítání - např. násobení číslem tři či sedm atp., které jde od určitého čísla nahoru nebo naopak odčítání (po 3 či 7 atp.), které jde od určitého stanoveného čísla dolů.
42. Dobrou relaxací může být hra. Jakákoliv hra. Hra typu sportovní hry. Hra v hudebním smyslu slova - např. hra v orchestru. Divadelní hra — dramatická hra. Hrou, která nás přeladuje, může být i tzv. stolní hra. V tomto smyslu má velký význam např.

pravidelné „hraní“ stolních her večer či o víkendech v rodině. Všichni členové rodiny, případně i návštěvníci si sednou kolem stolu a hrají některou ze stovek stolních her. Totálně to změnil předmět i způsob myšlení a tak to pomáhá relaxovat. Naši otcové pěstovali jeden druh relaxace, aniž by jej relaxací nazvali. Šest dní pracovali. Sedmý den odpočívali. Proto jej též nazvali „nedělí“. Radikálně se v neděli změnil způsob jejich života. Místo konkrétních problémů mysleli na věci abstraktní. Setkávali se s druhými lidmi a hovořili s nimi třeba v kostele a po kostele. V neděli praktikovali přátelské „táčky“. Navštěvovali druhé lidi např. příbuzné, přátele a známé. Druhý den v pondělí se pak mohli tím vším osvěžení věnovat opět své práci.

43. Velikou pomocí našim otcům bývalo, že své jednání stavěli nejen před soud (hodnocení) svých spoluobčanů, ale pod soud „vyšší“, „sub species aternitati“ (pod hledisko či soud věčnosti). Nepropadali tím zoufalství z toho, jak různě mohou lidé hodnotit to, co děláme a oč se snažíme. Měli vyšší míru jistoty a pevnosti. A to je nezanedbatelným faktorem klidu a obrany proti stresu, distresu a vyhoření.
44. Každý po něčem touží. To slyšíme často od lidí, kteří po něčem touží až příliš intenzivně. Jde jim o to dostat něco a mít to. Protože nikdy nemají dost, šťastni nejsou. Zapomínají na to, že v životě nejde jen oto dostávat (brát, přijímat, hromadit atp.), ale i dávat (umět a chtít někomu něco dát). Umět se s druhými lidmi dělit o to, co bylo dáno mně a právě toto sdílení je protistresovým faktorem.
45. Jsou věci důležité a věci nedůležité. Jsou věci potřebné a věci nepotřebné. Stejně tak jsou i věci podstatné a věci nepodstatné. Umění odlišit věci podstatné od věcí nepodstatných je důležitým uměním života. Samo o sobě to však k životu nestačí. Je k tomu ještě třeba silné vůle nepodstatným věcem ubírat času a naléhavosti a věcem podstatným času i energie přidávat.
46. K umění života, které bere ohled na prevenci stresu, patří i rozumné nakládání se silami, které máme. Ukazuje se, že déle trvající práce na maximum kapacity vede u každého ke stresu. Proto se doporučuje dlouhodobě pracovat zhruba na úrovni dvou třetin kapacity.
47. Každého z nás něco trápí. A trápení nás snadno dovede do stresu. Zůstaneme-li jen u takového přemítání o tom, co nás trápí, ze začarovaného kruhu stresu se nedostaneme. Je třeba na to, co nás trápí, nejen myslet, ale také něco proti tomu udělat. Např. trápí-li nás myšlenky na rakovinu plic, je dobré okamžitě přestat kouřit.
48. Humor a smích patří k nejlepším relaxacím, prostředkům boje proti stresu. Humor bývá definován jako „sympatie s rubem věci“ (podle G.B. Shawa). Nikdy ho není dost. Má různé formy. Podstatné však je mít „smysl“ pro humor a smích. Vítat ho v jeho přerůných formách a nebát se smát, upřímně a opravdově.
49. Jsou věci, které je možno změnit a věci, které změnit není možno. Poznat která kam patří je zde prvním krokem k nadějnému řešení problému. Pak nezbyvá než ty věci, které jsou nezměnitelné prostě přijmout, akceptovat je. Jiné cesty není. Ty pak věci, které se změnit dají, je možno upravovat - adaptovat.
50. Každému z nás se honí v hlavě množství myšlenek. Jsou myšlenky a myšlenky. Některé působí depresivně, jiné naopak povzbudivě (stimulují nás). Je na nás, kterým myšlenkám dáme přednost. Ukazuje se, že pro zachování klidu je dobré myslet více na věci krásné, milé a pozitivní, než na věci děsivé, deprimující a negativní.
51. Jsou lidé rychlí a lidé pomalí. A pak existují i lidé uspěchaní. Neustále pospíchají. Vidí kolem sebe tisíce příležitostí k tomu, co by mohli dělat a udělat. Mají v sobě „rychloběžný motor“. Klidu jim ani druhým lidem kolem nich to nepřidá. Právě naopak. Žijí v neustálém neklidu a šíří kolem sebe neklid. Pomoci jim může odborná péče psychoterapeutů.
52. Každý máme o řadě věcí své představy. Jsou představy správné a představy nesprávné - falešné. Falešná tisícikoruna vypadá velice podobně jako tisícikoruna

- pravá. Liší se jen drobností, např. vodotiskem. Obdobně je to i s našimi představami. Kolikrát se naše představa liší od té správné „drobností“. Jde-li nám o prevenci stresu, není marné prověřovat správnost našich představ
53. Mnoha těžkostem se vyhneme, dáme-li si větší pozor na naši sociální komunikaci na to, jak s druhými lidmi mluvíme a jednáme. Falešnou zdá se představa: „co na srdci, to na jazyku“. Na srdci často nemáme věci dobré. O tom, co řekneme, platí: „ani dvěma páry koní nestáhneš zpět jednou vyřčené slovo“.
54. Falešná je představa, že slova jsou jen slova nic jiného nežli akustické chvění vzduchu. Slovem se můžeme druhého člověka dotknout. Slovem ho můžeme i píchnout a popíchnout. Nejen to. Slovem můžeme druhého člověka i poranit, ba těžce zranit. Proto je třeba dávat si pozor na to, co a jak řekneme, myslíme-li to s prevencí stresů opravdově.
55. Falešnou se zdá představa, že slovo je tím nejdůležitějším v naší sociální komunikaci. Podobně je to s představou, že to, jak se na druhého tváříme (usmíváme atp.), je tím nejdůležitějším v našem jednání s ním. Kolikrát jsme překvapeni, že druzí lidé nás posuzují ne podle toho, co říkáme a jak se tváříme, ale podle toho, jak jednáme a jak se chováme.
56. To, co bylo zřeceno o sociální opoře a její hodnotě pro boj se stresem, distresem a vyhořením, by nás mělo vést k „pěstování přátelství“. Ukazuje se, že lidé se stávají nepřáteli „bleskově“. Přátelství se naproti tomu rodí pozvolna. Trvá to dlouho, nežli se z lidí stanou opravdoví přátelé. Vyžaduje to však myslet stále na přátele a nezapomínat na ně. Věnovat jim čas. Navštěvovat je a vítat je doma. Společně s nimi něco podnikat. Být k nim pozorný. Vážít si jich. Neopouštět je v jejich těžkostech. A jako okov hlavě chránit staré, léty prověřené přátelství.
57. V každé rodině se občas vyskytnou konflikty. Přesněji: každý z manželů má jinou představu o téže věci, různý názor na věc, odlišné přesvědčení, či je pro jinou formu řešení (jednání). V takovýchto případech nikdy neřešte nesrovnalosti ve třech, vždy jen „mezi čtyřma očima“ (ve dvojici). Neřešte je doma, když sedíte u stolu ať obývacím pokoji či v jídelně (jídelním koutku). Při sezení „sedí i myšlenky“ a nehnou se z místa. Lépe je řešit konflikty při procházce nebo na výletě, případně při chvilce odpočinku při práci na zahrádce.
58. Snažte se upravit svůj domov (byt či dům) tak, aby to bylo místo „pěkné na pohled“ a „klidné k odpočinku“. Velikou pomocí vám přitom budou květiny, obrazy a krásné věci přerůzného druhu. Jde o tvorbu tzv. esteticky hodnotného prostředí domova. Jde nejen o příjemný pohled pro oči, ale o radost z pěkně upraveného domova. V nepořádku, chaosu a ošklivém prostředí si člověk těžko odpočine.

## ZÁVĚR

Začínali jsme konstatováním staré známé pravdy, že „člověk je tvor společenský“. Zároveň jsme naznačili, že to je, nejen charakteristika jeho přirozenosti, ale že tam, kde člověk je v „dobré“ společnosti, nedochází u něho tak snadno ke stresu, distresu a syndromu vyhoření (burn-out). Bylo poukázáno na důležitost tzv. sociální opory (social support) sociální sítě lidí v tzv. malých skupinách, které člověka, který se propadá do emocionálního vyhoření, za dané situace podrží. Bylo poukázáno na výrazný vliv dobrých vzájemných vztahů a opravdového přátelství, ba i přátelské atmosféry doma i na pracovišti pro povzbuzování a podřízení člověka ohroženého vyhořením. Je však třeba říci, že všechny dobře míněné rady jak zabránit vzniku burnout, případně jak pomoci člověku, který se do tohoto stavu dostává, zůstávají „jen na papíře“, když se nerealizují

## SOCIÁLNÍ POSOUZENÍ ODSOUZENÉHO

Liberec

Pavel YX

1968

Vazební věznice

jméno a příjmení odsouzeného

datum narození 78

Použité metody: dotazník, pozorování, rozhovor

**Sociální posouzení obsahuje zejména:**

## A. Popis situace

- relevantní poznatky z pozorování,
- způsobilost k právním úkonům, případné vyjádření orgánů sociálního zabezpečení,
- popis aktuální sociální situace (rod. stav, rodinné zázemí, ostatní sociální zázemí, nezaopatření dětí a jejich současné zajištění, finanční zajištění, stav pohledávek),
- kontakty s orgány státní správy (koordinátorem péče o osoby společensky nepřízpůsobené, orgány sociálně-právní ochrany dětí apod.),
- popis zajištění situace po VTOS (ubytování, zaměstnání),
- potřeba vykonání sociálních úkonů (zajištění dokladů, důchodu, informace k absolvování povinné školní docházky u mladistvých apod.).

## B. Motivace k řešení (je si svých problémů vědom, vnímá je správně, chce je řešit, umí je řešit, celková míra odhodlání řešit situaci)

**Rodinný stav:** svobodný**Počet nezaopatřených dětí:** David**Trvalé, přechodné bydliště:** trv. Křížíkova 315. 460 12 Liberec**Významné kontakty mimo rodinu:** přítelkyně**Vzdělání:** 8. tříd ZŠ, SOU obor nástrojař – vyučen; SPŠ strojní- nástavba- maturita**Zaměstnání:** BONDRAK – montáž reklam**Stav pohledávek:** pohledávky nemá**Předcházející kontakty s koordinátorem péče o os. spč. nepřízp.:** ne**Vnější sociální projev:** komunikoval, spolupracoval**Osobní a rodinná anamnéza:**

Odsouzený uvádí, že vyrůstal v úplné rodině společně s bratrem a sestrou. Oba rodiče jsou v důchodu. Vztahy v rodině hodnotí jako dobré. Během VTOS bude udržovat vztah s rodiči a přítelkyní Lenkou. Dále ods. uvádí, že je nekuřák, alkohol, drogy i automaty nejuje. Mezi jeho záliby patří sport a počítače. Před VTOS byl zaměstnán. Ve VTOS ještě nebyl a nemá ani záznam v RT. Nyní odsouzen KS Hradec Králové č.j. 4T 6/2005 za § 187/1, 2a, 3b na 8 let do věznice s ostrahou.

**Soc. Dg.:**

Jedná se o jedince, který ještě ve výkonu trestu nebyl, avšak na první zkušenost s výkonem trestu má poměrně vysoký trest (8 let). Prognóza zdárné resocializace je s ohledem na tak vysoký trest zatím velmi otevřená, bude záležet na osobnosti odsouzeného a na jeho postoji.

**Případné vyjádření OSZ:** není poživitelem důchodu**Zajištění po VTOS****Ubytování po VTOS:** Americká ul, Liberec 8**Zaměstnání po VTOS:** neuvádí**Doklady:** OP č.: xxxxxxxxxx, platnost do 28.4.2015**Motivace k řešení :** je si vědom svých problémů a chce na sobě v průběhu VTOS pracovat

- C. zhodnocení možných rizik a potřeb; doporučení (k PZ, potřebě speciálního zacházení, pracovního zařazení, upozornění na nebezpečnost jednání odsouzeného atd.).

Individuální socioterapeutický plán odsouzeného:

-plnit program zacházení s odsouzeného

-podpora v udržování interpersonálních vztahů s rodinnými příslušníky



- v řešení otázky nezaměstnanosti po VTOS nabídnuta možnost zprostředkování kontaktu se zainteresovanými institucemi
- výhledově nabídnuta možnost zapojení do resocializačních programů věznice –např. protidrogový program, sportovní, zájmové a jiné aktivity
- podpora kladných morálních vlastností, upevňování pracovních, hygienických návyků a zásad společenského chování
- uplatnění polyvalentního přístupu s důrazem na sociální fungování klienta
- využívání metod sociální práce ve snaze o zdárnou resocializaci klienta po VTOS

**případná další upozornění nebo doporučení:** nejsou

.....  
datum jméno zpracovatele podpis

## **ETICKÝ KODEX SOCIÁLNÍCH PRACOVNÍKŮ ČESKÉ REPUBLIKY**

### **1. Etické zásady**

1. Sociální práce je založena na hodnotách demokracie, lidských práv a sociální spravedlnosti. Sociální pracovníci proto dbají na dodržování lidských práv u skupin a jednotlivců tak, jak jsou vyjádřeny v dokumentech relevantních pro praxi sociálního pracovníka, a to především ve Všeobecné deklaraci lidských práv, Chartě lidských práv Spojených národů a v Úmluvě o právech dítěte a dalších mezinárodních deklaracích a úmluvách. Dále se řídí Ústavou, Listinou základních práv a svobod a dalšími zákony tohoto státu, které se od těchto dokumentů odvíjejí.

1. 2. Sociální pracovník respektuje jedinečnost každého člověka bez ohledu na jeho původ, etnickou příslušnost, rasu či barvu pleti, mateřský jazyk, věk, pohlaví, rodinný stav, zdravotní stav, sexuální orientaci, ekonomickou situaci, náboženské a politické přesvědčení a bez ohledu na to, jak se podílí na životě celé společnosti.

1. 3. Sociální pracovník respektuje právo každého jedince na seberealizaci v takové míře, aby současně nedocházelo k omezení stejného práva druhých osob.

1. 4. Sociální pracovník pomáhá jednotlivcům, skupinám, komunitám a sdružení občanů svými znalostmi, dovednostmi a zkušenostmi při jejich rozvoji a při řešení konfliktů jednotlivců se společností a jejich následků.

1.5. Sociální pracovník dává přednost profesionální odpovědnosti před svými soukromými zájmy. Služby poskytuje na nejvyšší odborné úrovni.

### **2. Pravidla etického chování sociálního pracovníka**

#### **1. Ve vztahu ke klientovi**

2. 1. 1. Sociální pracovník podporuje své klienty k vědomí vlastní odpovědnosti.

2. 1. 2. Sociální pracovník jedná tak, aby chránil důstojnost a lidská práva svých klientů.

2. 1. 3. Sociální pracovník pomáhá se stejným úsilím a bez jakékoliv formy diskriminace všem klientům. Sociální pracovník jedná s každým člověkem jako s celostní bytostí. Zajímá se o celého člověka v rámci rodiny, komunity a společenského a přirozeného prostředí a usiluje o rozpoznání všech aspektů života člověka. Sociální pracovník se zaměřuje na silné stránky jednotlivců, skupin a komunit a tak podporuje jejich zmocnění.

2. 1. 4. Chrání klientovo právo na soukromí a důvěrnost jeho sdělení. Data a informace požaduje s ohledem na potřebnost při zajištění služeb, které mají být klientovi poskytnuty a informuje ho o jejich potřebnosti a použití. Žádnou informaci o klientovi neposkytne bez jeho souhlasu. Výjimkou jsou osoby, které nemají způsobilost k právním úkonům v plném rozsahu (zejména nezletilé děti) nebo tehdy, kdy jsou ohroženy další osoby. V případech, kde je to v souladu s platnými právními předpisy, umožňuje účastníkům řízení nahlížet do spisů, které se řízení týkají.

2. 1. 5. Sociální pracovník podporuje klienty při využívání všech služeb a dávek sociálního zabezpečení, na které mají nárok, a to nejen od instituce, ve které jsou zaměstnáni, ale i ostatních příslušných zdrojů. Poučí klienty o povinnostech, které vyplývají z takto poskytnutých služeb a dávek. Podporuje klienta při řešení problémů týkajících se dalších sfér jeho života.

2. 1. 6. Sociální pracovník podporuje klienty při hledání možností jejich zapojení do procesu řešení jejich problémů.

2.1.7. Sociální pracovník je si vědom svých odborných a profesních omezení. Pokud s klientem nemůže sám pracovat, předá mu informace o dalších formách pomoci. Sociální pracovník jedná s osobami, které používají jejich služby (klienty) s účastí, empatií a péčí.

## **2. 2. Ve vztahu ke svému zaměstnavateli**

2. 2. 1. Sociální pracovník odpovědně plní své povinnosti vyplývající ze závazku ke svému zaměstnavateli.

2. 2. 2. V zaměstnavatelské organizaci spolupůsobí při vytváření takových podmínek, které umožní sociálním pracovníkům v ní zaměstnaným přijmout a uplatňovat závazky vyplývající z tohoto kodexu.

2. 2. 3. Snaží se ovlivňovat sociální politiku, pracovní postupy a jejich praktické uplatňování ve své zaměstnavatelské organizaci s ohledem na co nejvyšší úroveň služeb poskytovaných klientům.

2. 3. Ve vztahu ke kolegům

2. 3. 1. Sociální pracovník respektuje znalosti a zkušenosti svých kolegů a ostatních odborných pracovníků. Vyhledává a rozšiřuje spolupráci s nimi a tím zvyšuje kvalitu poskytovaných sociálních služeb.

2. 3. 2. Respektuje rozdíly v názorech a praktické činnosti kolegů a ostatních odborných a dobrovolných pracovníků. Kritické připomínky k nim vyjadřuje na vhodném místě vhodným způsobem.

2. 3. 3. Sociální pracovník iniciuje a zapojuje se do diskusí týkajících se etiky se svými kolegy a zaměstnavateli a je zodpovědný za to, že jeho rozhodnutí budou eticky podložena.

## **2. 4. Ve vztahu ke svému povolání a odbornosti**

2. 4. 1. Sociální pracovník dbá na udržení a zvyšování prestiže svého povolání.

2. 4. 2. Neustále se snaží o udržení a zvýšení odborné úrovně sociální práce a uplatňování nových přístupů a metod.

2. 4. 3. Působí na to, aby odbornou sociální práci prováděl vždy kvalifikovaný pracovník s odpovídajícím vzděláním.

2. 4. 4. Je zodpovědný za své soustavné celoživotní vzdělávání a výcvik, což je základ pro udržení stanovené úrovně odborné práce a schopnosti řešit etické problémy.

2. 4. 5. Pro svůj odborný růst využívá znalosti a dovednosti svých kolegů a jiných odborníků, naopak své znalosti a dovednosti rozšiřuje v celé oblasti sociální práce.

2. 4. 6. Sociální pracovník spolupracuje se školami sociální práce, aby podpořil studenty sociální práce při získávání kvalitního praktického výcviku a aktuální praktické znalosti.

## **2. 5. Ve vztahu ke společnosti**

2. 5. 1. Sociální pracovník má právo i povinnost upozorňovat širokou veřejnost a příslušné orgány na případy porušování zákonů a oprávněných zájmů občanů.

2. 5. 2. Zasazuje se o zlepšení sociálních podmínek a zvyšování sociální spravedlnosti tím, že podněcuje změny v zákonech, v politice státu i v politice mezinárodní.

2. 5. 3. Upozorňuje na možnost spravedlivějšího rozdělení společenských zdrojů a potřebu zajistit přístup k těmto zdrojům těm, kteří to potřebují.

2. 5. 4. Působí na rozšíření možností a příležitostí ke zlepšení kvality života pro všechny osoby, a to se zvláštním zřetelem ke znevýhodněným a postiženým jedincům a skupinám.

2. 5. 5. Sociální pracovník působí na zlepšení podmínek, které zvyšují vážnost a úctu ke kulturám, které vytvořilo lidstvo.

2. 5. 6. Sociální pracovník požaduje uznání toho, že je zodpovědný za své jednání vůči osobám, se kterými pracuje, vůči kolegům, zaměstnavatelům, profesní organizaci a vzhledem k zákonným ustanovením, a že tyto odpovědnosti mohou být ve vzájemném konfliktu.

## **Etické problémové okruhy**

Tyto problémové okruhy by měly být rozpracovány v rozšířeném kodexu, který by byl zaměřen na specifika sociální práce v různých oblastech. Sociální práce s jednotlivcem, rodinami, skupinami, komunitami a organizacemi vytváří pro sociálního pracovníka situace, ve kterých musí nejen eticky hodnotit, vybírat možnosti, ale i eticky rozhodovat. Sociální pracovník eticky uvažuje při sociálním šetření, sběru informací, jednáních a při své profesionální činnosti o použití metod sociální práce, o sociálně technických opatřeních a administrativně správních postupech z hlediska účelu, účinnosti a důsledků na klientův život.

### **A. Základní etické problémy jsou**

kdy vstupovat či zasahovat do života občana a jeho rodiny, skupiny či obce (např. z hlediska prevence či sociální terapie společensky nežádoucí situace),

- kterým sociálním případům dát přednost a věnovat čas na dlouhodobé sociálně výchovné působení,
- kolik pomoci a péče poskytnout, aby stimulovaly klienta ke změně postojů a k odpovědnému jednání a nevedly k jejich zneužití,
- kdy přestat se sociální terapií a poskytováním služeb a dávek sociální pomoci

### **B. Další problémové okruhy,**

které se občas vyskytují a vyžadují etické hodnocení a rozhodování vyplývají z následujících situací, kdy loajalita sociálního pracovníka s klientem se dostane do střetu zájmů

- při konfliktu zájmu samotného sociálního pracovníka se zájmem klienta,
- při konfliktu klienta a jiného občana,
- při konfliktu mezi institucí či organizací a skupinou klientů,
- při konfliktu zájmu klientů a ostatní společnosti,
- při konfliktu mezi zaměstnavatelem a jeho sociálními pracovníky.

### **C. Sociální pracovník má ve své náplni roli pracovníka,**

který klientům pomáhá a současně má klienty kontrolovat. Vztahy mezi těmito protichůdnými aspekty sociální práce vyžadují, aby si sociální pracovníci vyjasnili etické důsledky kontrolní role a do jaké míry je tato role přijatelná z hlediska základních hodnot sociální práce.

## **Postupy při řešení etických problémů**

Závažné etické problémy budou probírány a řešeny ve skupinách pracovníků v rámci Společnosti sociálních pracovníků ČR (dále jen Společnost). Sociální pracovník má mít možnost: diskutovat, zvažovat a analyzovat tyto problémy ve spolupráci s kolegy a dalšími odborníky, event. i za účasti stran, kterých se týkají.

Společnost může doplnit a přizpůsobit etické zásady pro ty oblasti terénní sociální práce, kde jsou etické problémy komplikované a závažné. Na základě tohoto kodexu je úkolem Společnosti pomáhat jednotlivým sociálním pracovníkům analyzovat a pomáhat řešit jednotlivé problémy.

Etický kodex byl schválen plénem Společnosti sociálních pracovníků 19. 5. 2006 a nabývá účinnosti od 20. 5. 2006.

## PŘÍLOHA č.4

Systém ASPI - stav k 4.3.2010 do částky 21/2010 Sb. a 10/2010 Sb.m.s.

Obsah a text 12/2010 (NGŘ) - poslední stav textu

### **NAŘÍZENÍ 12/2010 Generálního ředitele Vězeňské služby České republiky**

#### **o vazebních věznicích a profilaci věznic Vězeňské služby České republiky**

Podle ustanovení § 1 odst. 2 zákona ČNR č. 555/1992 Sb., o Vězeňské službě a justiční stráží České republiky, ve znění pozdějších předpisů, a s přihlédnutím k § 4 zákona č. 293/1993 Sb., o výkonu vazby, jakož i k § 5, § 8, § 9, § 60, § 67, § 70 zákona č. 169/1999 Sb., o výkonu trestu odnětí svobody a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů, a k zákonu č. 129/2008 Sb., o výkonu zabezpečovací detence a o změně některých souvisejících zákonů, stanovím

#### **Hlava I**

##### **Základní ustanovení**

##### **§ 1**

##### **Předmět úpravy**

Toto nařízení určuje místo výkonu vazby a výkonu trestu odnětí svobody, stanoví základní typy věznic a zřizuje oddělení různých základních typů ve věznicích.

#### **Hlava II**

##### **Zajišťování výkonu vazby a výkonu trestu odnětí svobody**

##### **Díl 1**

##### **Místo výkonu vazby**

##### **§ 2**

##### **Vazební věznice**

Vazebními věznicemi, v nichž se vykonává vazba, jsou

- a) Vazební věznice a ústav pro výkon zabezpečovací detence Brno,
- b) Vazební věznice České Budějovice,
- c) Vazební věznice Hradec Králové,
- d) Vazební věznice Liberec,
- e) Vazební věznice Litoměřice,
- f) Vazební věznice Olomouc,
- g) Vazební věznice Ostrava,
- h) Vazební věznice Praha - Pankrác,
- i) Vazební věznice Praha - Ruzyně,
- j) Vazební věznice Teplice.

##### **§ 3**

##### **Zvláštní oddělení věznice**

Zvláštní oddělení věznice pro výkon vazby se zřizují u věznic:

- a) Věznice Břeclav,
- b) Věznice Ostrov,
- c) Věznice Plzeň,
- d) Věznice Světlá nad Sázavou,
- e) Věznice Znojmo.

## **Díl 2**

### **Místo výkonu trestu a základní typy věznic**

#### **Věznice s dohledem**

##### **§ 4**

Věznicí s dohledem je Věznice Odolov - objekt Přední Labská.

##### **§ 5**

Ve věznici Odolov - objekt Přední Labská jsou zřízena oddělení pro výkon trestu:

- 1. oddělení s dohledem,
- 2. oddělení s dozorem.

#### **Věznice s dozorem**

##### **§ 6**

Věznicemi s dozorem jsou:

- a) Věznice Drahonice,
- b) Věznice Nové Sedlo,
- c) Věznice Kynšperk nad Ohří
- d) Věznice Odolov - objekt Odolov,
- e) Věznice a ústav pro výkon zabezpečovací detence Opava - objekt Krnovská
- f) Věznice Ostrov,
- g) Věznice Rapotice,
- h) Věznice Znojmo.

##### **§ 7**

Ve věznicích s dozorem jsou zřízena oddělení pro výkon trestu:

- a) Věznice Drahonice  
oddělení s dozorem,
- b) Věznice Nové Sedlo
  - 1. oddělení s dozorem,
  - 2. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou osobnosti a chování, způsobenou užíváním psychotropních látek ve věznici s dozorem,
- c) Věznice Kynšperk nad Ohří  
oddělení s dozorem,
- d) Věznice Odolov - objekt Odolov
  - 1. oddělení s dozorem,
  - 2. oddělení s dohledem,
- e) Věznice a ústav pro výkon zabezpečovací detence Opava - objekt Krnovská  
oddělení s dozorem,
- f) Věznice Ostrov
  - 1. oddělení s dozorem,
  - 2. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou osobnosti a chování,

způsobenou užíváním psychotropních látek ve věznici s dozorem,

g) Věznice Rapotice

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s dohledem,

h) Věznice Znojmo

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení specializované pro výkon ochranného léčení protitoxikomanického v ústavní formě ve věznici s dozorem.

#### **Věznice s ostrahou**

##### **§ 8**

Věznice s ostrahou jsou:

a) Věznice Bělušice,

b) Věznice Břeclav,

c) Věznice Heřmanice,

d) Věznice Horní Slavkov,

e) Věznice Jiřice,

f) Věznice Kuřim,

g) Věznice a ústav pro výkon zabezpečovací detence Opava - objekt Olomoucká,

h) Věznice Oráčov,

i) Věznice Pardubice,

j) Věznice Plzeň ,

k) Věznice Příbram,

l) Věznice Rýnovice,

m) Věznice Stráž pod Ralskem,

n) Věznice Světlá nad Sázavou,

o) Věznice Vinařice.

##### **§ 9**

Ve věznicích s ostrahou jsou zřízena oddělení pro výkon trestu:

a) Věznice Bělušice

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou osobnosti a chování, způsobenou užíváním psychotropních látek ve věznici s ostrahou,

b) Věznice Břeclav

1. oddělení s dohledem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených trvale pracovní nezařaditelných ve věznici s dohledem,
4. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených trvale pracovní nezařaditelných ve věznici s ostrahou

,

c) Věznice Heřmanice

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s mentální retardací ve věznici s ostrahou,
4. oddělení specializované pro výkon ochranného léčení protialkoholního a léčení pro patologické hráčství v ústavní formě ve věznici s ostrahou,

d) Věznice Horní Slavkov

1. oddělení s ostrahou,
2. oddělení s ostrahou se zesíleným stavebně technickým zabezpečením,
3. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou duševní a poruchou chování ve věznici s ostrahou,

e) Věznice Jiřice

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou duševní a poruchou chování ve věznici s ostrahou,

f) Věznice Kuřim

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení specializované pro výkon ochranného léčení sexuologického v ústavní formě ve věznici s ostrahou,

g) Věznice a ústav pro výkon zabezpečovací detence Opava - objekt Olomoucká

1. oddělení s dohledem pro výkon trestu odsouzených žen,
2. oddělení s dozorem pro výkon trestu odsouzených žen,
3. oddělení s ostrahou pro výkon trestu odsouzených žen,
4. oddělení se zvýšenou ostrahou pro výkon trestu odsouzených žen,
5. oddělení se zesíleným stavebně technickým zabezpečením pro výkon trestu odsouzených žen ve věznici se zvýšenou ostrahou,
6. oddělení specializované pro výkon ochranných léčení protitoxikomanického , protialkoholního a léčení pro patologické hráčství v ústavní formě u odsouzených žen ve věznici s dohledem,
7. oddělení specializované pro výkon ochranných léčení protitoxikomanického, protialkoholního a léčení pro patologické hráčství v ústavní formě u odsouzených žen ve věznici s dozorem,
8. oddělení specializované pro výkon ochranných léčení protitoxikomanického, protialkoholního a léčení pro patologické hráčství v ústavní formě u odsouzených žen ve věznici s ostrahou,
9. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených žen s poruchou duševní a poruchou chování ve věznici s dozorem,
10. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených žen s poruchou duševní a poruchou chování ve věznici s ostrahou,
11. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených žen s poruchou duševní a poruchou chování ve věznici se zvýšenou ostrahou
12. oddělení specializované pro výkon ochranného léčení protitoxikomanického, protialkoholního a léčení pro patologické hráčství v ústavní formě u odsouzených mužů ve věznici s dozorem.

h) Věznice Oráčov

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,

i) Věznice Pardubice

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených trvale pracovně nezařaditelných ve věznici s dozorem,
4. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených trvale pracovně nezařaditelných ve věznici s ostrahou,

j) Věznice Plzeň

1. oddělení s dohledem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení se zvýšenou ostrahou,
4. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou osobnosti a chování, způsobenou užíváním psychotropních látek ve věznici s ostrahou,

k) Věznice Příbram

1. oddělení s dohledem,
2. oddělení s dozorem,
3. oddělení s ostrahou,
4. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou osobnosti a chování, způsobenou užíváním psychotropních látek ve věznici s ostrahou,

l) Věznice Rýnovice

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení s ostrahou se zesíleným stavebně technickým zabezpečením,
4. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou duševní a poruchou chování ve věznici s ostrahou,
5. oddělení specializované pro výkon ochranného léčení protitoxikomanického v ústavní formě ve věznici s ostrahou,

m) Věznice Stráž pod Ralskem



1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s dozorem se zesíleným stavebně technickým zabezpečením,
3. oddělení s ostrahou,
4. oddělení s ostrahou se zesíleným stavebně technickým zabezpečením,
5. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s mentální retardací ve věznici s dozorem

,

n) Věznice Světlá nad Sázavou

1. oddělení s dozorem pro výkon trestu odsouzených žen,
2. oddělení s ostrahou pro výkon trestu odsouzených žen,
3. oddělení se zvýšenou ostrahou pro výkon trestu odsouzených žen,
4. oddělení pro výkon trestu odsouzených mladistvých žen,
5. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených žen trvale pracovně nezařaditelných ve věznici s dohledem,
6. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených žen trvale pracovně nezařaditelných ve věznici s dozorem,
7. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených žen trvale pracovně nezařaditelných ve věznici s ostrahou,
8. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených žen trvale pracovně nezařaditelných ve věznici se zvýšenou ostrahou,
9. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených matek nezletilých dětí ve věznici s dohledem,
10. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených matek nezletilých dětí ve věznici s dozorem,
11. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených matek nezletilých dětí ve věznici s ostrahou,

o) Věznice Vinařice

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s mentální retardací ve věznici s ostrahou.

**Věznice se zvýšenou ostrahou**

§ 10

Věznicemi se zvýšenou ostrahou jsou

- a) Věznice Karviná,
- b) Věznice Mírov,
- c) Věznice Valdice.

§ 11

Ve věznicích se zvýšenou ostrahou jsou zřízena oddělení pro výkon trestu:

a) Věznice Karviná

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení se zvýšenou ostrahou,
4. oddělení se zvýšenou ostrahou se zesíleným stavebně technickým zabezpečením,
5. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s mentální retardací ve věznici se zvýšenou ostrahou,
6. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených trvale pracovně nezařaditelných ve věznici se zvýšenou ostrahou,

b) Věznice Mírov

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení se zvýšenou ostrahou,
4. oddělení se zvýšenou ostrahou se zesíleným stavebně technickým zabezpečením,
5. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou duševní a poruchou chování ve věznici se zvýšenou ostrahou,

c) Věznice Valdice

1. oddělení s dozorem,
2. oddělení s ostrahou,
3. oddělení se zvýšenou ostrahou,
4. oddělení se zvýšenou ostrahou se zesíleným stavebně technickým zabezpečením,
5. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou duševní a poruchou chování ve věznici se zvýšenou ostrahou,

6. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou osobnosti a chování způsobenou užíváním psychotropních látek ve věznici se zvýšenou ostrahou.

#### **Věznice pro mladistvé**

##### **§ 12**

Věznici pro mladistvé je Věznice Všehrdy.

##### **§ 13**

Ve Věznici Všehrdy jsou zřízena oddělení pro výkon trestu:

1. oddělení pro výkon trestu mladistvých,
2. oddělení s dohledem,
3. oddělení s dozorem,
4. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou osobnosti a chování, způsobenou užíváním psychotropních látek ve věznici s dozorem.

##### **§ 14**

#### **Zvláštní oddělení vazební věznice**

Ve vazebních věznicích jsou zřízena zvláštní oddělení pro výkon trestu:

- a) Vazební věznice a ústav pro výkon zabezpečovací detence Brno
  1. oddělení s dozorem,
  2. oddělení s ostrahou,
  3. oddělení s ostrahou se zesíleným stavebně technickým zabezpečením,
- b) Vazební věznice České Budějovice
  1. oddělení s dozorem - objekt České Budějovice,
  2. oddělení s dohledem - objekt Pracov,
  3. oddělení s dozorem - objekt Pracov,
- c) Vazební věznice Hradec Králové
  1. oddělení s dozorem - objekt Hradec Králové,
  2. oddělení s ostrahou - objekt Hradec Králové,
  3. oddělení s dohledem - objekt Pouchov,
- d) Vazební věznice Liberec
  1. oddělení s dozorem,
  2. oddělení s ostrahou,
  3. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s poruchou duševní a poruchou chování ve věznici s dozorem,
- e) Vazební věznice Litoměřice  
oddělení s dozorem,
- f) Vazební věznice Olomouc  
oddělení s dozorem,
- g) Vazební věznice Ostrava
  1. oddělení s dozorem pro výkon trestu odsouzených žen,
  2. oddělení s dozorem pro výkon trestu odsouzených mužů,
  3. oddělení s ostrahou pro výkon trestu odsouzených mužů,
  4. oddělení s dozorem se zesíleným stavebně technickým zabezpečením pro výkon trestu odsouzených mužů,
  5. oddělení s ostrahou se zesíleným stavebně technickým zabezpečením pro výkon trestu odsouzených mužů,
  6. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených trvale pracovně nezařaditelných mužů ve věznici s dozorem
- ,
- h) Vazební věznice Praha - Pankrác
  1. oddělení s dohledem,
  2. oddělení s dozorem,
  3. oddělení s ostrahou
- ,
- i) Vazební věznice Praha - Ruzyně

1. oddělení dozorem pro výkon trestu odsouzených mužů - objekt Ruzyně,
2. oddělení s ostrahou pro výkon trestu odsouzených mužů - objekt Ruzyně,
3. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených trvale pracovně nezařaditelných mužů ve věznici s dozorem - objekt Ruzyně,
4. oddělení s dohledem pro výkon trestu odsouzených žen - objekt Řepy,
5. oddělení s dozorem pro výkon trestu pro výkon trestu odsouzených žen - objekt Řepy,
6. oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených trvale pracovně nezařaditelných žen ve věznici s dohledem - objekt Řepy,

j) Vazební věznice Teplice  
oddělení s dozorem

.

Hlava III

#### Závěrečná ustanovení

##### § 15

#### **Zrušovací ustanovení**

Zrušují se:

1. Nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 5/2009 o vazebních věznicích a profilaci věznic Vězeňské služby České republiky.
2. Nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 32/2009, kterým se mění nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 5/2009 o vazebních věznicích a profilaci věznic Vězeňské služby České republiky.
3. Nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 37/2009, kterým se mění nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 5/2009 o vazebních věznicích a profilaci věznic Vězeňské služby České republiky.
4. Nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 49/2009, kterým se mění nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 5/2009 o vazebních věznicích a profilaci věznic Vězeňské služby České republiky.
5. Nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 58/2009, kterým se mění nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 5/2009 o vazebních věznicích a profilaci věznic Vězeňské služby České republiky.
6. Nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 61/2009, kterým se mění nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 5/2009 o vazebních věznicích a profilaci věznic Vězeňské služby České republiky.

##### § 16

#### **Účinnost**

Toto nařízení nabývá účinnosti dnem vyhlášení.

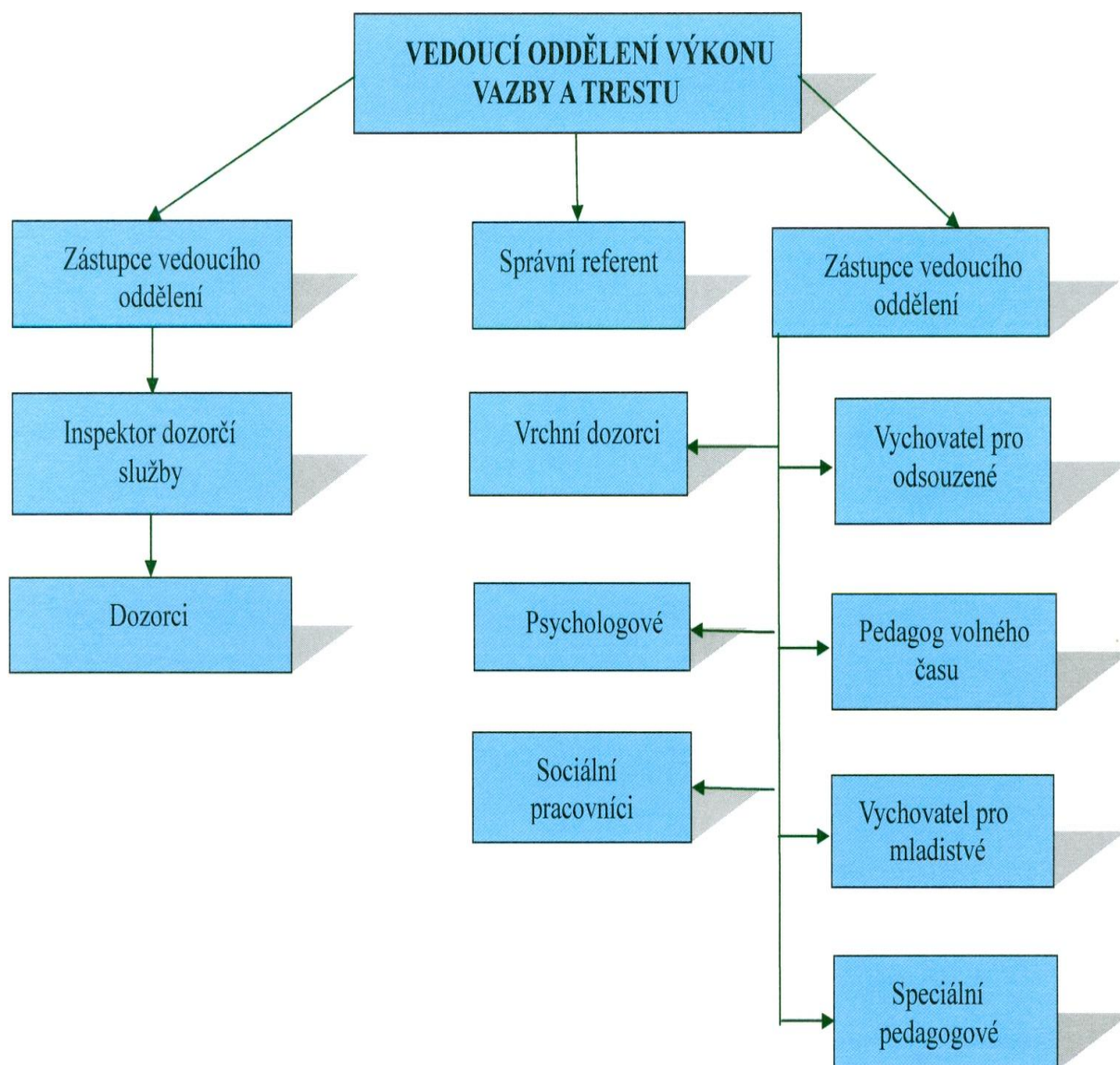
V Praze dne 28. ledna 2010

Č.j.: VS 27/16/2010-50/Všeob

Vrchní státní rada

generální ředitel Vězeňské služby České republiky

**genmjr. PhDr. Luděk Kula**

**Schéma s organizační strukturou pro oddělení výkonu vazby a trestu**

## PŘÍLOHA č.6

26/2006

NAŘÍZENÍ generálního ředitele Vězeňské služby České republiky

kterým se stanoví úkoly občanských zaměstnanců a příslušníků Vězeňské služby České republiky při zabezpečování výkonu trestu odnětí svobody

Změna: NGR č. 60/2006

Změna: NGR č. 79/2006

### Čl.1

Podle ustanovení § 1 odst. 2 zákona ČNR č. 555/1992 Sb. , o Vězeňské službě a justiční stráží České republiky, ve znění pozdějších předpisů,

a) stanovím v příloze k tomuto nařízení úkoly občanských zaměstnanců a příslušníků Vězeňské služby České republiky (dále jen "zaměstnanec", pokud dále není uvedeno jinak) zařazených k výkonu služby nebo práce v oddělení výkonu trestu, oddělení výkonu vazby a trestu, případně oddělení výkonu trestu a vazby (dále jen "oddělení výkonu trestu"),

b) ukládám ředitelům věznic a vazebních věznic (dále jen "věznice")

1. stanovit náplně činností oddělení výkonu trestu a popisy jednotlivých funkcí v oddělení výkonu trestu v souladu s tímto nařízením,
2. zabezpečit plnění úkolů uvedených v příloze k tomuto nařízení zaměstnanci zařazenými k výkonu služby nebo práce v oddělení výkonu trestu,

c) zrušuji

1. Nařízení generální ředitelky Vězeňské služby České republiky č. 39/2000, kterým se stanoví úkoly občanských pracovníků a příslušníků Vězeňské služby České republiky při zabezpečování výkonu trestu odnětí svobody,
2. Nařízení generální ředitelky Vězeňské služby České republiky č. 29/2004, kterým se mění nařízení generální ředitelky Vězeňské služby České republiky č. 39/2000, kterým se stanoví úkoly občanských pracovníků a příslušníků Vězeňské služby České republiky při zabezpečování výkonu trestu odnětí svobody.

### Čl.2

Pokud funkce uvedené v čl. 4, 7, 10 a 11 přílohy k tomuto nařízení nejsou v oddělení výkonu trestu zřízeny, plní úkoly vyplývající z těchto funkcí zaměstnanec určený ředitelem věznice.

### Čl.3

Toto nařízení nabývá účinnosti dnem jeho vyhlášení.

V Praze dne 10.4.2006

Č.j.: 187/2006-50/033

Příloha: 1/19

Generální ředitel Vězeňské služby České republiky

plk. Mgr. Luděk KULA

## Příloha

Úkoly zaměstnanců zařazených k výkonu služby nebo práce v oddělení výkonu trestu

### Čl.1

#### Společné úkoly

(1) Všichni zaměstnanci zařazení k výkonu služby nebo práce v oddělení výkonu trestu, především realizují svou hlavní (základní) funkci a obsah práce, to je podíl na komplexním zacházení s odsouzenými, včetně jeho nezbytné obsahové, technické a organizační přípravy.

#### Přitom zejména

a) plní odpovědně úkoly a povinnosti, vyplývající z příslušných právních předpisů a vnitřních předpisů Vězeňské služby České republiky (dále jen "předpis", pokud z jednotlivých ustanovení nevyplývá něco jiného) tak, aby byl zabezpečen účel výkonu trestu odnětí svobody (dále jen "výkon trestu") při důsledném respektování lidské a občanské důstojnosti odsouzených,

b) dbají, aby vůči odsouzeným byla uplatňována pouze ta omezující opatření, která jsou nezbytně nutná z hlediska bezpečnosti, ochrany života a zdraví osob a majetku ve věznici a byla jim omezována pouze občanská práva, vymezená zákonem č. 169/1999 Sb. , o výkonu trestu odnětí svobody a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů (dále jen "zákon") a vyhláškou Ministerstva spravedlnosti č. 345/1999 Sb. , kterou se vydává řád výkonu trestu odnětí svobody, ve znění vyhlášky č. 378/2004 Sb. (dále jen "vyhláška"),

c) jednají při veškeré činnosti v souladu s ustanoveními Kodexu profesní etiky zaměstnance Vězeňské služby České republiky (dále jen "Vězeňská služba"), dbají dobrého jména, cti a vážnosti zaměstnance a nezneužívají svého postavení k osobnímu prospěchu,

d) vystupují korektně, aby na odsouzené měli dobrý vliv a vzbuzovali v nich potřebnou autoritu a důvěru; mají na mysli výchovný dopad svého chování a jednání a upevňují kázeň a pořádek; důsledně zachovávají etická pravidla a pravidla slušného chování, nenastupují do práce (služby) pod vlivem alkoholu a omamných látek, nýbrž řádně odpočati, ustrojeni a upraveni,

e) šetří a chrání před poškozením a zničením majetek osob a státu, umí zacházet s běžnými protipožárními prostředky, které jsou na stanovišti umístěny, dokáží poskytnout první pomoc zraněným, hlásí svému nadřízenému každý případ atypického chování odsouzeného, který může mít za následek jeho újmu na zdraví nebo vznik mimořádné události, zabráňují násilí mezi odsouzenými,

f) řídí se striktně zásadami vnitřní bezpečnosti příslušné věznice při vstupu na jednotlivá oddělení odsouzených,

g) zpracovávají písemnou dokumentaci o péči poskytované odsouzeným a o aktivitách programů zacházení, které vedou; dokumentaci ukládají a zacházejí s ní v souladu s předpisy o ochraně osobních údajů,

h) předkládají svému nadřízenému požadavky na vybavení odbornými pomůckami, potřebnými pro plnění stanovených úkolů, zúčastňují se programu celoživotního vzdělávání Vězeňské služby a dbají o sebevzdělávání.

(2) Příslušník oddělení výkonu trestu zařazený k výkonu dozorčí služby na jednotlivých stanovištích nebo k předvádění odsouzených, jakož i při vystupování na veřejnosti je dále zejména povinen

- a) zachovávat služební přísahu, přesně plnit rozhodnutí a příkazy nadřízených, znát jejich příjmení, funkce a hodnosti,
- b) dbát na dodržování zákonnosti, o všech závažných skutečnostech neprodleně informovat své nadřízené,
- c) vykonávat službu na určeném stanovišti, neodvracet pozornost od výkonu služby, neprovádět činnost, která nesouvisí s výkonem dozorčí služby a neopouštět stanoviště bez souhlasu nadřízeného nebo dokud nebude vystřídán nebo odvolán,
- d) dobře znát, ovládat a ošetřovat přidělené zbraně, výzbroj a výstroj a spojovací a signálně zabezpečovací prostředky a pomůcky využívané k výkonu služby,
- e) přezkoušet při příchodu na stanoviště spojovací a signálně zabezpečovací prostředky nacházející se na stanovišti, převzít inventář, fyzicky převzít početní stavy odsouzených, převzetí stanoviště hlásit svému přímému nadřízenému,
- f) dbát na dodržování zásad bezpečnosti stanovených Plánem střežení věznice při zacházení s odsouzenými, zejména s ohledem na bezpečnost vlastní a jiných osob, vést stanovenou a nařízenou dokumentaci, vést přesné záznamy o početních stavech odsouzených, včetně údajů, kolik se jich nachází mimo ubytovací prostory a z jakých důvodů,
- g) mít neustálý přehled o odsouzených, zejména při jejich předvádění, podílet se na provádění všech druhů prohlídek a realizovat kontroly kázně a pořádku, plnit povinnosti v rámci stanovených zrakových prohlídek odsouzených upravených zvláštním předpisem,
- h) zpracovat úřední záznam při použití donucovacích prostředků a služebním zákroku, který předá svému nadřízenému;
- i) při příchodu nadřízených na stanoviště se stanoveným způsobem hlásit,
- j) podílet se na školení zaměstnanců Vězeňské služby v rámci služební a profesní přípravy, dodržovat zásady bezpečnosti práce a protipožární ochrany, využívat dostupných pomůcek ochrany zdraví, především se zajištěním prevence a léčby HIV/AIDS a infekčních nemocí (např. používání jednorázových hygienických rukavic při všech druzích prováděných prohlídek),
- k) plnit další úkoly stanovené ředitelem věznice a příslušným nadřízeným.

(3) Při nenaplněném či vzhledem k počtu odsouzených nízkém tabulkovém počtu plní hlavní (základní) funkci na základě písemného stanovení priorit ředitelem věznice.

(4) Další potřebné úkoly, nesouvisející přímo s jejich hlavní (základní) funkcí (např. podíl na výzkumné činnosti Vězeňské služby, poradenská činnost pro zaměstnance, lektorský podíl na programu celoživotního vzdělávání Vězeňské služby, odborný servis a expertizní činnost v oblasti forenzní personalistiky) plní na základě písemného stanovení priorit ředitelem věznice.

## Čl.2

Úkoly vedoucího oddělení výkonu trestu

(1) Vedoucí oddělení výkonu trestu (dále jen "oddělení") je podřízen řediteli věznice a jeho 1. zástupci nebo služebnímu zástupci; je nadřízen všem občanským zaměstnancům pracovním zařazeným v oddělení, jakož i příslušníkům Vězeňské služby (dále jen "příslušník") zabezpečujících výkon dozorcí služby a úkoly v souvislosti s předváděním odsouzených a příslušníkům služebně zařazeným v jiných odděleních, pokud jsou denním rozkazem určeni k výkonu služby v oddělení výkonu trestu. Jeho základním úkolem je řízení, organizace, kontrola a hodnocení činnosti oddělení.

(2) Vedoucí oddělení odpovídá za realizaci výkonu trestu a organizaci výkonu dozorcí služby tak, aby byl zabezpečován komplexně účel výkonu trestu, vnitřní diferenciací, specifika jednotlivých kategorií odsouzených a zacházení s nimi. Řídí činnost dozorcí služby a v úzké součinnosti s vedoucím oddělení vězeňské a justiční stráže se podílí na plánování a provádění všech druhů prohlídek. Při zajišťování předvádění odsouzených spolupracuje s příslušnými orgány činnými v trestním řízení a dalšími oprávněnými orgány, institucemi a osobami. Zabezpečuje důsledné dodržování předpisů k předcházení a včasnému odhalování násilí nebo jiného protiprávního jednání odsouzených a na tomto úseku spolupracuje se všemi vedoucími pracovníky oddělení a samostatných referátů věznice. Dále odpovídá za služební a profesní přípravu všech zaměstnanců oddělení.

(3) Při plnění úkolů uvedených v odstavci 1 a 2 vedoucí oddělení zejména

a) předkládá řediteli věznice návrhy koncepce zacházení s odsouzenými, programů zacházení a vnitřní diferenciací odsouzených zpracované komisí odborných zaměstnanců, ve spolupráci s ostatními vedoucími oddělení a referátů věznice navrhuje stanovení zásad vnitřní bezpečnosti ve věznici,

b) navrhuje řediteli věznice systém, organizaci a priority obsahu výkonu práce (služby) podřízených zaměstnanců, jejich počet a skladbu tak, aby byla zabezpečena komplexní realizace výkonu trestu, zpracovává návrh vnitřního řádu věznice a jeho příloh a odpovídá za včasné provedení změn jeho obsahu v souladu s příslušnými právními předpisy a vnitřními předpisy,

c) předkládá řediteli věznice návrh rozpisu dozorcích stanovišť se stanovením druhu, počtu a rozmístěním dozorcích stanovišť a při předvádění odsouzených, přičemž přihlíží zejména k typu věznice, k počtu ubytovaných odsouzených, stavebně technickému zabezpečení a využívaným technickým, spojovacím a signálně zabezpečovacím prostředkům, dále navrhuje výstroj a výzbroj příslušníků při zabezpečování dozorcí služby a při předvádění odsouzených,

d) zpracovává každoročně plán práce oddělení, jehož součástí je zejména plán porad se zaměstnanci oddělení, plán kontrolní činnosti (včetně obsahového zaměření), plán akcí programů zacházení s odsouzenými včetně finančního zabezpečení, plán čerpání řádné a dodatkové dovolené zaměstnanců oddělení. V oblasti příprav ke zpracování dokumentace krizového, obranného a civilního nouzového plánování se řídí povinnostmi stanovenými zvláštními předpisy,

e) předkládá řediteli věznice ke schválení konkrétní programy zacházení a určení skupiny vnitřní diferenciací u konkrétních odsouzených, rozhoduje o přiznání a výši sociálního kapesného na základě návrhu vychovatele a sociálního pracovníka, ve stanovených případech předkládá řediteli věznice návrhy na trvalé upuštění vymáhání náhrady nákladů výkonu trestu nebo jejich prominutí zcela nebo zčásti, požadavky na čerpání rozpočtových prostředků k realizaci aktivit programů zacházení,

f) řídí výkon práce nebo služby speciálních pedagogů, psychologů, sociologů, sociálních pracovníků, vychovatelů- terapeutů, vychovatelů a pedagogů volného času. Podle své odborné způsobilosti řídí, kontroluje a hodnotí tyto zaměstnance i po odborné stránce. V souladu s počtem odsouzených a jejich skladbou navrhuje řediteli věznice změny v tabulkových počtech zaměstnanců a jejich konkrétní využití tak, aby mohl být optimálně zajišťován účel výkonu trestu. Prostřednictvím svého zástupce pro dozorcí službu řídí výkon služby dozorců a činnost příslušníků při předvádění odsouzených,



g) stanoví pracovní úkoly na základě písemného určení priorit ředitelem věznice zaměstnancům, jejichž tabulkový počet je nenaplněn či vzhledem k počtu odsouzených je jejich tabulkový počet nízký,

h) vydává denní nařízení k zajištění výkonu práce v oddělení a denní rozkaz k zajištění dozorčí služby a předvádění odsouzených, které obsahuje zejména jmenovité určení zaměstnanců a dozorců s uvedením jejich hodnosti a jména na jednotlivá dozorčí stanoviště, včetně číselného označení stanovišť, jmenovitý seznam dozorců mimo službu s uvedením důvodů jejich nepřítomnosti (např. dovolená, služební volno), vyznačení dalších důvodů nepřítomnosti dozorců, číslo jednací, datum a podpisovou doložku vedoucího oddělení,

i) zajišťuje, aby příslušníci oddělení udržovali a ošetřovali přidělenou výzbroj a výstroj, a nejméně jednou za tři měsíce realizuje provedení prohlídky všech zbraní a munice přidělené příslušníkům oddělení; o provedené prohlídce provede záznam v Knize prohlídek zbraní,

j) plní úkoly vyplývající z povinností o hlášení mimořádných událostí ve Vězeňské službě, odpovídá za dodržování pravidel a zásad stanovených spisovým, skartačním a archivačním řádem při nakládání s písemnostmi a spisy, účelné využívání počítačových programů a elektronické pošty a ve stanoveném rozsahu za ochranu utajovaných informací,

k) provádí jednou za tři měsíce rozbor stavu realizace účelu výkonu trestu se zaměřením zejména na kvalitu komplexních zpráv a programů zacházení a úroveň jejich plnění odsouzenými včetně kázně, na naplňování práv odsouzených a na jejich zaměstnávání, realizaci uplatňování právních institutů a kázeňské praxe u odsouzených, roční vyhodnocení činnosti výstupních oddělení včetně vykazování statistických údajů, roční vyhodnocení využívání finančních prostředků z rozpočtu věznice a účelově vázaných finančních prostředků v souvislosti s realizovanými aktivitami programů zacházení,

l) věnuje zvýšenou pozornost všem poznatkům o užívání drog odsouzenými, o vzájemném šikanování, napadání, vydírání a ponižování lidské důstojnosti a hraní hazardních her mezi odsouzenými,

m) je členem poradních orgánů ředitele věznice (odborných komisí), vyřizuje žádosti, stížnosti a podněty odsouzených a pokud nespadají do jeho působnosti, postupuje je řediteli věznice,

n) dbá na objektivní, úplné a včasné zpracování všech druhů hodnocení odsouzených zasílaných věznicí příslušným orgánům,

o) realizuje svěřenou kázeňskou pravomoc, vyjadřuje se k návrhům na přerušení výkonu trestu, povolování volného pohybu mimo věznici, dočasného opuštění věznice, výběru odsouzených k zařazení do práce, účasti odsouzených na akcích mimo věznici, návštěv bez zrakové či sluchové kontroly a přefazování odsouzených do jiného typu věznice, podmíněnému propuštění nebo přemístění k dalšímu výkonu trestu do jiné věznice,

p) zprostředkuje pro zaměstnance oddělení přístup k informacím, relevantním pro jejich úkoly, odpovídá za hospodárné a účelné využívání finančních a materiálových prostředků, jakož i za zajišťování péče o bezpečnost a ochranu zdraví při práci,

q) spolupracuje s vedoucími ostatních oddělení a samostatných referátů věznice zejména při naplňování účelu výkonu trestu, zajišťování a realizaci bezpečnostních a preventivních opatření s cílem předcházet mimořádným událostem a oprávněným stížnostem,

r) stanoví zaměstnancům na základě písemného stanovení priorit ředitelem věznice úkoly nesouvisící přímo s jejich hlavní (základní) funkcí,

s) předkládá řediteli věznice návrhy na umístování odsouzených do výstupního, krizového, specializovaného oddělení, oddělení se zesíleným stavebně technickým zabezpečením a do bezdrogové zóny, povolení volného pohybu mimo věznici při plnění pracovních úkolů, dočasného opuštění věznice v souvislosti s návštěvou nebo programem zacházení, účasti odsouzených na akcích mimo věznici, k realizaci návštěv bez zrakové či sluchové kontroly nebo kde je návštěvník od odsouzeného oddělení dělicí přepážkou, změn ve stanovené skupině vnitřní diferenciaci a v návaznosti na změny v chování odsouzených navrhuje realizaci potřebných změn, včetně aktualizace programu zacházení a přefazování ve skupinách vnitřní diferenciaci,

t) připravuje materiály pro poradní sbor ředitele věznice.

### Čl.3

#### Úkoly zástupce vedoucího oddělení

(1) Zástupce vedoucího oddělení je podřízen vedoucímu oddělení; je nadřízen všem zaměstnancům zařazeným v oddělení, které podle své odbornosti řídí, kontroluje a hodnotí i po odborné stránce, jestliže požadavek odbornosti nespĺňuje vedoucí oddělení. Úzce spolupracuje se zástupcem vedoucího oddělení pro dozorčí službu za účelem komplexní realizace výkonu trestu, zajištění bezpečnosti věznice a předcházení všech mimořádných událostí, složení, činnosti a koordinace stabilních týmů zaměstnanců oddělení pro činnost s konkrétními skupinami odsouzených.

(2) Při plnění úkolů uvedených v odstavci 1 zástupce vedoucího oddělení zejména

a) zpracovává, vede a aktualizuje stanovenou dokumentaci související s výkonem práce a výkonem trestu, zejména konkrétních povinností zaměstnanců oddělení v souladu s pracovním zařazením,

b) připravuje podklady pro zpracování denního nařízení vedoucího oddělení k zajištění výkonu práce, přičemž navrhuje složení stabilních týmů zaměstnanců oddělení pro činnost s konkrétními skupinami odsouzených,

c) navrhuje materiální, organizační a personální zabezpečení zacházení s odsouzenými,

d) zpracovává, vede, vykazuje a organizuje kontrolní hinnost a agendu související s přefazováním v rámci vnitřní diferenciaci, umístěním do krizového, výstupního, specializovaného oddělení, oddělení se zesíleným stavebně technickým zabezpečením a do bezdrogové zóny, s udělováním přerušeni výkonu trestu, povolováním volného pohybu mimo věznici, dočasným opuštěním věznice, účasti odsouzených na akcích mimo věznici, návštěvami bez zrakové či sluchové kontroly, přefazováním odsouzených do jiného typu věznice a s přemístěním k dalšímu výkonu trestu do jiné věznice.

(3) V případě nepřítomnosti vedoucího oddělení plní zástupce vedoucího oddělení jeho úkoly v plném rozsahu, pokud ředitel věznice nestanoví jinak.

### Čl.4

#### Úkoly zástupce vedoucího oddělení pro výkon dozorčí služby

(1) Zástupce vedoucího oddělení pro výkon dozorčí služby je podřízen vedoucímu oddělení, je nadřízen všem příslušníkům oddělení, jakož i příslušníkům služebně zařazeným v jiných odděleních, pokud jsou veleni k výkonu dozorčí služby.

(2) Zástupce vedoucího oddělení pro výkon dozorčí služby odpovídá za

a) zpracování, vedení a aktualizaci dokumentace pro dozorčí službu,

b) zpracování denního rozkazu vedoucího oddělení k zajištění výkonu služby, řízení organizací a kontrolu činnosti inspektorů dozorčí služby a dozorců 2. třídy,

c) spolupráci s vedením oddělení vězeňské a justiční stráže,

d) efektivní a účelné plánování doby služby svých podřízených.

(3) Podílí na provádění dílčích a technických prohlídek určených objektů.

(4) V případě pověření zastupuje vedoucího oddělení a plní povinnosti v rozsahu pověření.

## Čl.5

### Úkoly speciálního pedagoga

(1) Speciální pedagog je odborný zaměstnanec oddělení, který garantuje u svěřených odsouzených odbornou úroveň realizace programu zacházení a vnitřní diferenciaci. Metodicky usměrňuje výkon práce vychovatelů a pedagogů volného času. Za metodické usměrňování určených zaměstnanců nelze považovat vedení administrativy spojené s plánováním služeb, výkaznictvím odpracovaných hodin, vedení evidence o docházce, čerpání dovolené, apod. Odpovídá, ve spolupráci s ostatními odbornými zaměstnanci, za úroveň odborného zacházení s jednotlivými odsouzenými v návaznosti na jejich komplexní zprávy.

(2) Speciální pedagog je odborným poradcem ředitele věznice v oblasti pedagogických aspektů výkonu trestu, a to z hlediska všech zúčastněných (odsouzených i zaměstnanců).

(3) Speciální pedagog je přímo podřízen vedoucímu oddělení.

(4) Speciální pedagog plní při práci s odsouzenými samostatně a tvůrčím způsobem zejména tyto úkoly

a) zpracovává, v rámci komplexního zacházení s odsouzenými a rozdělení činnosti pracovních týmů, koncepci na ucelené období při zachovávaní zásad vnější a vnitřní diferenciaci pro jednotlivé kategorie odsouzených, která obsahuje zpravidla cílovou skupinu odsouzených, složky programu zacházení rozpracované v konkrétních projektech, personální, materiální a finanční zajištění a předkládá ji ke schválení řediteli věznice,

b) provádí pedagogickou diagnostiku a zpracovává pedagogické posouzení v rámci komplexní zprávy s příslušným doporučením pro program zacházení, přičemž výběr diagnostických metod je na jeho uvážení,

c) zpracovává v rámci měsíčního (týdenního) plánu přehled jednotlivých aktivit programu zacházení s určením místa, času a stanovením osobní odpovědnosti za jejich realizaci, společně s ostatními odbornými zaměstnanci stanoví konkrétní programy zacházení jednotlivým svěřeným odsouzeným a podílí se na vyhodnocování jejich účinnosti a aktualizaci,

d) vede osobně podle svého odborného zaměření nejméně jednu průběžnou aktivitu programu zacházení z oblasti speciálních výchovných nebo vzdělávacích aktivit a zajišťuje k tomu nezbytnou dokumentaci. Sleduje kvalitu účasti svěřených odsouzených v programu zacházení a změny v jejich chování, přičemž vhodné změny podněcuje a upevňuje, podílí se na zpracování průběžného hodnocení programu zacházení,

e) usměrňuje metodicky v rámci své odbornosti vychovatele a pedagogy volného času v oblasti přípravy a vedení jednotlivých aktivit, průběžného hodnocení programu zacházení a hodnocení zasílaných věznicí příslušným orgánům,

f) zúčastňuje se aktivně jednání poradních orgánů ředitele věznice včetně poradny drogové prevence (odborných komisí), předkládá odborná stanoviska k přerazování odsouzených v rámci vnitřní diferenciaci, v návaznosti na změny v chování a jednání jemu svěřených odsouzených navrhuje umístění odsouzených do krizového, výstupního, specializovaného oddělení, oddělení se zesíleným stavebně technickým zabezpečením a do bezdrogové zóny. Podílí se na rozhodování o zařazení odsouzených do seznamu objektů možného napadení či ohrožení a vytypování konfliktních a psychicky labilních odsouzených,

g) spolupracuje v součinnosti se sociálním pracovníkem se zákonným zástupcem mladistvého při řešení přípravy mladistvého na budoucí povolání, podílí se na výběru odsouzených k zařazení do práce, vzdělávání a rekvalifikace, zabezpečuje všeobecné a odborné vzdělávání odsouzených v případě, že ve věznici není zřízeno odloučené pracoviště středního odborného učiliště, učiliště a odborného učiliště Vězeňské služby,

h) je odborným garantem skladby knihovního fondu a výběru dalších médií z hlediska vhodnosti specifiky programů zacházení a účelu výkonu trestu,

i) provádí orientační pedagogické pohovory z podnětu odsouzených, zaměstnanců nebo na základě vlastních poznatků, poskytuje poradenskou pedagogickou pomoc v souladu s povahou daného případu a podmínkami, zabezpečuje individuální pedagogickou péči o odsouzené, kteří jsou v krizových psychických stavech,

j) spolupodílí se na zkoumání příčin vzniku mimořádných událostí ve vztahu k vězněným osobám a navrhuje z pedagogického hlediska příslušná opatření, vedoucí k jejich řešení, prevenci a eliminaci,

k) realizuje svěřenou kázeňskou pravomoc, podílí se na návrhu k rozhodování o udělení přerušení výkonu trestu, povolování volného pohybu mimo věznici, dočasného opuštění věznice, účasti odsouzených na akcích mimo věznici, vyjadřuje se k výběru odsouzených k zařazení do práce, návštěv bez zrakové či sluchové kontroly a přerazování odsouzených do jiného typu věznice nebo jejich přemístění.

## Čl.6

### Úkoly psychologa

(1) Psycholog je odborný zaměstnanec oddělení, který garantuje u odsouzených odbornou psychologickou činnost a odbornou úroveň realizace programu zacházení.

(2) Psycholog je odborným poradcem ředitele věznice v psychologických aspektech výkonu trestu, a to z hlediska všech zúčastněných (odsouzených i zaměstnanců).

(3) Psycholog je přímo podřízen vedoucímu oddělení.

(4) Psycholog plní při práci s odsouzenými samostatně a tvůrčím způsobem zejména tyto úkoly

a) diagnostikuje psychologicky v potřebné míře svěřené odsouzené, zpracovává jejich psychologické posouzení v rámci komplexní zprávy, včetně doporučení pro program zacházení, přičemž výběr diagnostických metod je na jeho uvážení,

- b) podílí se na zpracovávání konkrétních programů zacházení jednotlivých odsouzených, na vyhodnocování jejich úspěšnosti a na navrhování změn programu zacházení,
- c) vede osobně podle svého odborného zaměření nejméně jednu průběžnou aktivitu programu zacházení z oblasti speciálních výchovných aktivit a zajišťuje k tomu nezbytnou dokumentaci. Sleduje kvalitu účasti odsouzených v programu zacházení a změny v jejich chování, přičemž vhodné změny podněcuje a upevňuje,
- d) usměrňuje metodicky v rámci své odbornosti vychovatele-terapeuty v oblasti přípravy a vedení jednotlivých aktivit a průběžného hodnocení programu zacházení,
- e) podílí se, v rámci celkové koncepce zacházení s odsouzenými, na zpracovávání projektů pro jednotlivé kategorie odsouzených při zachovávání zásad vnější a vnitřní diferenciaci, na tvorbě skladby programů zacházení a jednotlivých speciálně výchovných aktivit,
- f) zúčastňuje se aktivně jednání poradních orgánů ředitele věznice včetně poradny drogové prevence (odborných komisí), podává odborná stanoviska k přerazování odsouzených v rámci vnitřní diferenciaci, v návaznosti na změny v chování a jednání odsouzených navrhuje jejich umístění do krizového, výstupního, specializovaného oddělení, oddělení se zesíleným stavebně technickým zabezpečením a do bezdrogové zóny. Podílí se na rozhodování o zařazení odsouzených do seznamu objektů možného napadení či ohrožení a vytypování konfliktních a psychicky labilních odsouzených,
- g) provádí s odsouzenými orientační psychologické pohovory z podnětu odsouzených, zaměstnanců nebo na základě vlastních poznatků, poskytuje poradenskou psychologickou pomoc, popřípadě péči, formou individuální nebo skupinové psychoterapie nebo s jejími prvky, a to podle povahy daného případu a podmínek,
- h) provádí psychodiagnostickou činnost u vytypovaných odsouzených na základě požadavků lékaře, popřípadě požadavku nadřízených funkcionářů,
- i) zabezpečuje individuální psychologickou péči o odsouzené, kteří odmítají stravu, sebepoškozují se, pokoušejí se o sebevraždu a o odsouzené, kteří jsou v krizových psychických stavech, v tomto směru spolupracuje s lékařem. Z odborného hlediska odpovídá za chod krizového oddělení,
- j) podílí se na zkoumání příčin vzniku mimořádných událostí a navrhuje příslušná opatření k jejich řešení, předcházení a eliminaci z psychologického hlediska, na rozhodování o zařazení odsouzených do seznamu objektů možného napadení či ohrožení jiného druhu, vytypování konfliktních a psychicky labilních odsouzených,
- k) podílí se na návrhu k rozhodování o udělení přerušování výkonu trestu, o přerazování a přemísťování odsouzených, povolování volného pohybu mimo věznici, dočasného opuštění věznice, účasti odsouzených na akcích mimo věznici, návštěv bez zrakové či sluchové kontroly a přerazování odsouzených do jiného typu věznice nebo jejich přemísťování, vyjadřuje se k výběru odsouzených k zařazení do práce, vzdělávání a rekvalifikace,
- l) podílí se v rámci své odbornosti na zpracovávání průběžného hodnocení programu zacházení odsouzených a hodnocení zasílaných věznicí příslušným orgánům.

## Čl.7

### Úkoly sociologa

(1) Sociolog je odborný zaměstnanec oddělení, který zajišťuje analytickou a poradenskou činnost na úseku personální práce, výkonu trestu a vnějších vztahů v rámci dislokace věznice.

(2) Sociolog je přímo podřízen vedoucímu oddělení.

(3) Sociolog je odborným poradcem ředitele věznice v sociologických aspektech výkonu trestu, a to z hlediska všech zúčastněných (zaměstnanců, vězněných osob a osob vně věznice).

(4) Sociolog plní při práci s odsouzenými samostatně a tvůrčím způsobem zejména tyto úkoly

a) provádí průběžné i cílené sledování a analýzu sociálních vztahů mezi odsouzenými, se zaměřením na neformální struktury odsouzených, mezi odsouzenými a zaměstnanci a mezi zaměstnanci, zjišťuje úroveň spolupráce vybraných zástupců odsouzených a zaměstnanců,

b) zjišťuje potřebné demografické údaje a na základě sociometrického šetření analyzuje souvislosti těchto dat s dalšími sociologickými daty, zpracovává metodiku a kritéria hodnocení členů pracovních týmů a skupin odsouzených, zaměřuje se na celkovou úroveň komunikace ve věznici a vede relevantní statistiku,

c) zjišťuje souvislosti výsledků své analytické a poradenské činnosti v oblasti sociální atmosféry ve věznici mezi odsouzenými s cílem zkvalitnění zacházení s odsouzenými a podmínek výkonu trestu,

d) podílí se, v rámci celkové koncepce zacházení s odsouzenými, na zpracovávání projektů pro jednotlivé kategorie odsouzených při zachovávání zásad vnější a vnitřní diferenciaci, na tvorbě skladby programů zacházení a jednotlivých speciálně výchovných aktivit,

e) vede osobně podle svého odborného zaměření jednu průběžnou aktivitu programu zacházení z oblasti speciálních výchovných aktivit, a zajišťuje k tomu nezbytnou dokumentaci. Sleduje kvalitu účasti odsouzených v programu zacházení a změny v jejich chování, přičemž vhodné změny podněcuje a upevňuje,

f) zúčastňuje se aktivně jednání poradních orgánů ředitele věznice včetně poradny drogové prevence (odborných komisí), podává odborná stanoviska k přecházení odsouzených v rámci vnitřní diferenciaci, v návaznosti na změny v chování a jednání odsouzených navrhuje jejich umístění do krizového, výstupního, specializovaného oddělení, oddělení se zesíleným stavebně technickým zabezpečením a do bezdrogové zóny. Podílí se na rozhodování o zařazení odsouzených do seznamu objektů možného napadení či ohrožení a vytypování konfliktních a psychicky labilních odsouzených,

g) podílí se na zkoumání příčin vzniku mimořádných událostí a navrhuje příslušná opatření k jejich řešení, předcházení a eliminaci ze sociologického hlediska, na rozhodování o zařazení odsouzených do seznamu objektů možného napadení či ohrožení jiného druhu, vytypování konfliktních a psychicky labilních odsouzených,

h) podílí se na zpracovávání průběžného hodnocení programu zacházení odsouzených a hodnocení zasílaných věznicí příslušným orgánům, na návrhu ubytování jednotlivých skupin a kategorií odsouzených, popřípadě jednotlivých odsouzených.

## Čl.8

### Úkoly sociálního pracovníka

(1) Sociální pracovník je odborný zaměstnanec oddělení, jehož základním úkolem je samostatná sociální práce, která je zaměřena zejména na plynulý přechod odsouzených do řádného občanského života. Při její realizaci dbá na zajištění a dodržení standardů kvality poskytovaných sociálních služeb.

(2) Sociální pracovník je podřízen přímo vedoucímu oddělení.

(3) Sociální pracovník je odborným poradcem ředitele věznice v oblasti sociálně právních aspektů výkonu trestu a v oblasti přechodu odsouzených do řádného občanského života.

(4) Sociální pracovník při práci s odsouzenými plní samostatným a tvůrčím způsobem zejména tyto úkoly

a) podílí se na vytváření koncepce zacházení s odsouzenými, programů zacházení a na zpracování návrhu vnitřní diferenciaci odsouzených,

b) zpracovává společně s ostatními odbornými zaměstnanci konkrétní programy zacházení svěřených odsouzených, přitom podle potřeby spolupracuje s příslušnými orgány sociálního zabezpečení, podílí se na vyhodnocení účinnosti programů zacházení v oblasti své působnosti navrhuje jejich změny,

c) poskytuje samostatné sociálně právní poradenství, provádí výchovnou a poradenskou činnost pro odsouzené,

d) je garantem kontinuální sociální práce, v jejím rámci udržuje přímé pracovní kontakty s orgány státní správy, církvemi, charitativními a zájmovými občanskými sdruženími, a to jak v místě věznice, tak i podle potřeby v místě trvalého pobytu odsouzených; zprostředkuje příslušnému orgánu sociálně právní ochrany dětí pravidelné sledování vývoje dítěte, o které odsouzená žena pečuje ve věznici,

e) navazuje potřebné kontakty s blízkými osobami svěřených odsouzených, podílí se na řešení sociálních problémů, u mladistvých odsouzených si vyžádá v součinnosti se speciálním pedagogem, nepředcházeli-li výkonu trestu výkon vazby, opis zprávy orgánu péče o mládež; v součinnosti se speciálním pedagogem požádá zákonného zástupce a příslušný orgán sociálně právní ochrany dětí o vyjádření k formě a obsahu přípravy mladistvého na budoucí povolání, podílí se na výběru odsouzených k zařazení do práce, vzdělávání a rekvalifikace,

f) zúčastňuje se aktivně jednání poradních orgánů ředitele věznice včetně poradny drogové prevence (odborných komisí), předkládá odborná stanoviska k přerazování odsouzených v rámci vnitřní diferenciaci, v návaznosti na změny v chování a jednání jemu svěřených odsouzených navrhuje umístění odsouzených do krizového, výstupního, specializovaného oddělení, oddělení se zesíleným stavebně technickým zabezpečením a do bezdrogové zóny. Podílí se na rozhodování o zařazení odsouzených do seznamu objektů možného napadení či ohrožení a vytypování konfliktních a psychicky labilních odsouzených,

g) spolupodílí se na zkoumání příčin vzniku mimořádných událostí ve vztahu k vězněným osobám a navrhuje ze sociálního hlediska příslušná opatření, vedoucí k jejich řešení, prevenci a eliminaci,

h) podílí se na návrhu k rozhodování o udělení přerušování výkonu trestu, povolování volného pohybu mimo věznici, dočasného opuštění věznice, účasti odsouzených na akcích mimo věznici, návštěv bez zrakové či sluchové kontroly a přerazování odsouzených do jiného typu věznice nebo jejich přemístění,

i) podílí se na zpracovávání konkrétních programů zacházení jednotlivých odsouzených, na vyhodnocování jejich úspěšnosti a na navrhování změn programu zacházení,

j) podílí se na zpracování průběžného hodnocení programu zacházení a hodnocení zasílaných věznicí příslušným orgánům,

k) podává, v souladu s příslušnými předpisy, návrh výše sociální výpomoci při výstupu z výkonu trestu.

(5) Sociální pracovník zařazený do 10. platové třídy plní přiměřeně úkoly uvedené v odstavci 4, přičemž dále zejména

a) vypracovává sociální posouzení, sociální diagnózu a individuální socioterapeutický plán v rámci komplexní zprávy s příslušným doporučením pro program zacházení, přičemž výběr diagnostických metod je na jeho uvážení,

b) vede osobně nejméně jednu průběžnou aktivitu programu zacházení, a to převážně v oblastech skupinového sociálního poradenství a v oblastech zájmových aktivit vedoucích k získání sociálních dovedností odsouzených, sleduje kvalitu účasti svěřených odsouzených v programu zacházení a změny v jejich chování; vhodné změny podněcuje a upevňuje,

c) v rámci individuálního a skupinového zacházení s odsouzenými má jeho práce charakter sociální terapie, směřující k sociální rehabilitaci.

## Čl.9

### Úkoly vychovatele

(1) Vychovatel je členem týmu, jehož základním úkolem je komplexní výchovná, vzdělávací, diagnostická a preventivní činnost zaměřená na celkový rozvoj osobnosti a na socializaci, resocializaci a reedukaci včetně cílených opatření k optimalizaci vzdělávacího procesu odsouzených a realizaci protidrogové prevence v rámci věznice. Vychovatel je metodicky usměrňován speciálním pedagogem a je podřízen vedoucímu oddělení.

(2) Vychovatel plní při práci s odsouzenými samostatně a tvůrčím způsobem zejména tyto úkoly

a) zná osobně a pedagogicky usměrňuje jemu svěřené odsouzené, zná sociální vztahy a skupinovou atmosféru v přidělené skupině,

b) zúčastňuje se aktivně jednání poradních orgánů ředitele věznice (odborných komisí) a veřejného zasedání soudu projednávajícího podmíněné propuštění nebo přearažení odsouzeného do jiného typu věznice,

c) vede osobní karty odsouzených, provádí průběžné zápisy postihující probíhající naplňování účelu výkonu trestu u odsouzeného,

d) podílí se na hromadně organizovaných akcích, dbá na kázeň odsouzených, na pořádek a upravenost ubytovacích prostor a motivuje odsouzené k přiměřené estetické úpravě,

e) realizuje svěřenou kázeňskou pravomoc, zpracovává návrhy na přerušení výkonu trestu, povolování volného pohybu mimo věznici, dočasného opuštění věznice, účasti odsouzených na akcích mimo věznici, návštěv bez zrakové či sluchové kontroly a přearazování odsouzených do jiného typu věznice nebo jejich přemístění, podílí se na výběru odsouzených k zařazení do práce,

f) zná odsouzené mající sklony k sebepoškozování, útekům, odsouzené vytypované jako možné objekty napadení nebo možné pachatele násilného jednání, odsouzené, kteří jsou vyšetřováni nebo obžalováni z další trestné činnosti, a ty, jimž by měl být nařízen další nepodmíněný trest odnětí svobody nebo přeměněn trest podmíněný na nepodmíněný, vytypovává odsouzené s aktuálními psychickými problémy a upozorňuje na ně odpovědné zaměstnance věznice,



g) podílí se na zkoumání příčin vzniku mimořádných událostí a navrhuje příslušná opatření k jejich řešení, předcházení a eliminaci,

h) spolupracuje s příslušníky vykonávajícími dozorní službu a předvádění odsouzených,

i) podílí se na zajištění organizačního chodu oddělení tím, že u svěřených odsouzených

1. vede početní a jmenný přehled, rozhoduje o jejich ubytování do jednotlivých ložnic nebo cel,

2. zabezpečuje kontrolu korespondence odsouzených a uskutečňování telefonických hovorů,

3. zabezpečuje realizaci práv odsouzených zejména na přijetí a odesílání korespondence a balíčků, na přijetí návštěv, provedení nákupů, vycházek a telefonických hovorů a k tomu vede příslušnou evidenci, vyjadřuje se k návrhu na přiznání a výši sociálního kapesného,

4. zprostředkovává vyřizování žádostí, stížností a podnětů a styk odsouzených s ostatními zaměstnanci věznice, pravidelně organizuje shromáždění odsouzených za účelem projednávání otázek souvisejících s jejich životem ve věznici,

5. navštěvuje pravidelně pracoviště svěřených odsouzených s cílem zajištění potřebné spolupráce s mistry při komplexní realizaci zacházení,

6. zabezpečuje přístup odsouzených k právním předpisům upravujícím výkon trestu a k vnitřnímu řádu věznice,

7. předkládá požadavky na materiálně technické vybavení ubytovacích prostor, zabezpečení chodu jemu svěřeného úseku a na odstraňování zjištěných závad a nedostatků,

8. realizuje v příjmovém oddělení poučení odsouzených o právech a povinnostech podle zákona, vyhlášky a seznamuje je s vnitřním řádem věznice, organizačně zajišťuje proškolení odsouzených z předpisů o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci, o požární ochraně a hygienických zásadách, zabezpečuje příslušné podklady pro dispečerské hlášení, zaznamenává chování a jednání odsouzených do osobní karty včetně upozornění na eventuální specifiku osobnosti odsouzeného,

9. zpracovává v nástupním oddělení ve spolupráci s odbornými zaměstnanci plán instruktážních a zájmových aktivit tohoto oddělení a podílí se na jejich realizaci, provádí poučení odsouzených o právech a povinnostech podle zákona, vyhlášky a seznamuje je s vnitřním řádem věznice, organizačně zajišťuje proškolení odsouzených z předpisů o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci, o požární ochraně a hygienických zásadách, připravuje podklady pro jednání odborné komise, zaznamenává chování a jednání odsouzených do osobní karty včetně upozornění na eventuální specifiku osobnosti odsouzeného.

(3) Vychovatel zařazený do 10. platové třídy plní přiměřeně úkoly uvedené v odstavci 2, přičemž dále zejména

a) podílí se ve spolupráci s odbornými zaměstnanci na sestavení konkrétních programů zacházení jemu svěřených odsouzených,

b) vede osobně podle svého odborného zaměření na základě zpravidla dvě průběžné aktivity programů zacházení, rozložené podle potřeby v průběhu celého týdne včetně dnů pracovního volna a klidu, a zajišťuje k tomu nezbytnou dokumentaci,

c) sleduje kvalitu účasti svěřených odsouzených v programu zacházení a změny v jejich chování, přičemž vhodné změny podněcuje a upevňuje,

d) zpracovává, na základě vyhodnocení jednotlivých aktivit programu zacházení odbornými zaměstnanci a celkového přístupu odsouzeného k naplňování účelu výkonu trestu, průběžná hodnocení programu zacházení a předkládá návrhy hodnocení zasílaných věznicí příslušným orgánům,

e) navrhuje realizaci potřebných změn včetně aktualizace programu zacházení a přerazování ve skupinách vnitřní diferenciací v návaznosti na změny v chování a jednání jemu svěřených odsouzených, navrhuje umístění odsouzených do krizového, výstupního, specializovaného oddělení, oddělení se zesíleným stavebně technickým zabezpečením a do bezdrogové zóny,

f) zabezpečuje podle odborných doporučení zvýšenou individuální péči o odsouzené v krizových psychických stavech a odsouzené se závažnějšími sociálními problémy, podílí se na zabezpečování pedagogické péče o odsouzené, kteří odmítají stravu, sebepoškozují se, pokoušejí se o sebevraždu a o odsouzené, kteří jsou v krizových psychických stavech,

g) zajišťuje ve výstupním oddělení ve spolupráci se sociálním pracovníkem intenzivní kontakt se sociálním zázemím odsouzeného za účelem řešení problémů spojených s přechodem do občanského života, k tomu zejména

1. podílí se na organizaci komunitního setkání odsouzených, setkání se zástupci státních a nestátních institucí, extramurálních akcí, pracovní, vzdělávací a zájmové činnosti,
2. vede odsouzené k sebeobslužné činnosti a upevňování každodenních návyků,
3. zabezpečuje řádný chod oddělení s cílem naplnění jeho účelu, využití na stanovenou normovou ubytovací kapacitu a vybavení,
4. zpracovává podklady pro jeho výstupní hodnocení.

#### Čl.10

##### Úkoly vychovatele-terapeuta

(1) Vychovatel-terapeut je odborný zaměstnanec oddělení, který realizuje individuální a skupinové terapie.

(2) Vychovatel-terapeut je přímo podřízen vedoucímu oddělení.

(3) Vychovatel-terapeut je metodicky usměrňován psychologem.

(4) V rámci celkové koncepce zacházení s odsouzenými se podílí na zpracování projektů pro jednotlivé kategorie odsouzených při zachování zásad vnější a vnitřní diferenciaci, na tvorbě skladby programu zacházení a jednotlivých speciálních výchovných aktivit.

(5) Vychovatel-terapeut plní při práci s odsouzenými samostatně a tvůrčím způsobem zejména tyto úkoly

a) volí adekvátní obsah, formy, metody a přístup ke specifickým kategoriím odsouzených,

b) realizuje individuální a skupinové zacházení s odsouzenými, jeho práce má terapeutický charakter,

c) vede osobně nejméně tři speciální výchovné aktivity programů zacházení, rozložené podle potřeby v průběhu celého týdne včetně dnů pracovního volna a klidu,

d) sleduje kvalitu účasti odsouzených v programu zacházení a změny v jejich chování, informuje vychovatele a psychologa o důležitých skutečnostech,

e) podílí se v rámci své odbornosti na zpracovávání průběžného hodnocení programu zacházení odsouzených a hodnocení zasílaných věznicí příslušným orgánům,

f) spolupodílí se na zkoumání příčin vzniku mimořádných událostí ve vztahu k vězněným osobám a navrhuje ze sociálního hlediska příslušná opatření vedoucí k jejich řešení, prevenci a eliminaci.

#### Čl.11

##### Úkoly pedagoga volného času

(1) Základním úkolem pedagoga volného času je realizace individuální a skupinové, zájmové a sebeobslužné, eventuálně podle odbornosti a kvalifikace i terapeutické, zejména rukodělné, sportovní a kulturní činnosti s odsouzenými.

(2) Pedagog volného času je přímo podřízen vedoucímu oddělení.

(3) Pedagog volného času je metodicky usměrňován speciálním pedagogem.

(4) Pedagog volného času plní při práci s odsouzenými samostatně a tvůrčím způsobem zejména tyto úkoly

a) podílí se na přípravě a realizaci zacházení s odsouzenými,

b) vede osobně nejméně čtyři průběžné aktivity programů zacházení, rozložené v celém průběhu týdne, včetně dnů pracovního volna a klidu,

c) organizuje a realizuje pro odsouzené ve spolupráci s ostatními zaměstnanci oddělení hromadné akce volnočasového charakteru,

d) sleduje kvalitu účasti odsouzených v programu zacházení a změny v jejich chování, informuje ostatní zaměstnance o důležitých skutečnostech,

e) podílí se v rámci své odbornosti na zpracovávání průběžného hodnocení programu zacházení odsouzených a hodnocení zasílaných věznicí příslušným orgánům,

f) spolupodílí se na zkoumání příčin vzniku mimořádných událostí ve vztahu k vězněným osobám a navrhuje příslušná opatření, vedoucí k jejich řešení, prevenci a eliminaci.

(5) Pedagog volného času vede sklad potřeb k rukodělné, sportovní, kulturní a sebeobslužné činnosti.

## Čl.12

### Povinnosti inspektora dozorčí služby

(1) Inspektor dozorčí služby je přímo podřízen zástupci vedoucího oddělení pro dozorčí službu, je nadřízen všem dozorcům 2. třídy určeným k výkonu služby ve směně. Spolupracuje s vychovateli, vychovateli-terapeuty, pedagogy volného času, sociálními pracovníky, sociology, speciálními pedagogy, psychology a dalšími zaměstnanci věznice. Při výkonu služby je označen na levém rameni bílými šňůrami. Řídí, organizuje a kontroluje činnost podřízených dozorců na jednotlivých stanovištích. Při odchodu ze svého stanoviště je vyzbrojen slzotvorným prostředkem a přenosnou radiostanicí, pokud ředitel věznice nerozhodne o tom, že při výkonu služby bude vyzbrojen dalšími donucovacími prostředky, ostatní výzbroj (např. služební obušek, předváděcí řetízky, pouta) a výstroj (svítilnu, kapesní obvaz, zápisník s tužkou) má uloženu ve služební brašně na určeném místě (stanovišti).

(2) Inspektor dozorčí služby nebo pověřený zaměstnanec odpovídá za důsledné provádění vizuálních prohlídek vytypovaných odsouzených.

(3) Koordinuje činnost zaměstnanců při hromadně organizovaných akcích odsouzených.

(4) V souvislosti s přípravou dozorců do služby při rozdělení zejména

a) ověřuje připravenost dozorců k výkonu dozorčí služby,

- b) kontroluje úplnost výzbroje, výstroje a celkovou upravenost, přičemž nařídí odstranit zjištěné nedostatky,
- c) seznámí dozorčí směnu s nedostatky ve výkonu služby, které se vyskytly v předcházejícím výkonu služby, dále s mimořádnými úkoly a zvláštnostmi na jednotlivých dozorčích stanovištích a dalšími poznatky souvisejícími s výkonem služby,
- d) prověří dozorce ze znalostí povinností na jednotlivých dozorčích stanovištích a vyhodnotí jejich znalosti,
- e) prověří dotazem, zda jsou jednotliví příslušníci dozorčí směny schopni řádně vykonávat službu,
- f) vyhlásí denní rozkaz vedoucího oddělení s určením dozorců na jednotlivá stanoviště. Vyhlášením denního rozkazu vedoucího oddělení končí rozdělení dozorčí směny.

### Čl.13

#### Povinnosti dozorce 2. třídy

(1) Dozorce 2. třídy oddělení je přímo podřízen inspektorovi dozorčí služby. Jeho hlavním úkolem je organizovat a zajišťovat výkon trestu v rámci svého stanoviště. Spolupracuje s vychovateli, vychovateli-terapeuty, pedagogy volného času, sociálními pracovníky, sociology, speciálními pedagogy, psychology a dalšími zaměstnanci věznice. Na určeném stanovišti respektuje pokyny vychovatele v oblasti realizace práv odsouzených. Při výkonu služby je vyzbrojen slzotvorným prostředkem, ostatní výzbroj (např. služební obušek, předváděcí řetízky, pouta) a výstroj (svítílnu, kapesní ob vaz, zápisník s tužkou) má uloženu ve služební brašně na určeném místě (stanovišti), pokud ředitel věznice nerozhodne o tom, že při výkonu služby na konkrétním stanovišti bude vyzbrojen dalšími donucovacími prostředky.

(2) Dozorce 2. třídy při výkonu služby na stanovišti v ubytovně odsouzených je povinen zejména

- a) mít trvalý přehled o odsouzených na určeném stanovišti, zajišťovat zde kázeň a pořádek,
- b) vést příslušný seznam nebezpečných odsouzených, mít o všech trvalý přehled a při jejich předvádění nebo doprovodu dbát o svoji osobní bezpečnost a bezpečnost jiných osob,
- c) zajišťovat plnění denního časového rozvrhu odsouzených, osobně zajišťovat určené akce organizované mimo ubytovnu odsouzených, zajišťovat provádění vycházek a provádění fyzických početních prověrek stavu odsouzených,
- d) podílet se ve stanoveném rozsahu a dle svých schopností na realizaci aktivit programů zacházení s odsouzenými a respektovat pokyny vychovatele při naplňování práv a oprávněných zájmů odsouzených,
- e) kontrolovat a dbát o řádné ustrojení a osobní hygienu u odsouzených, realizovat denní kontrolu úklidu, pořádku a údržby ve všech prostorách a okolí ubytovny a činit příslušná opatření k zajištění požadovaného stavu,
- f) kontrolovat uzavření a uzamčení určených vstupů v ubytovnách odsouzených, jimi propouštět jen v případě oprávněného zájmu, mimo ubytovny zajišťovat organizovanost pohybu odsouzených,

g) zúčastňovat se osobně provádění generálních, dílčích a technických prohlídek objektů, na určeném místě provádět osobní prohlídky a prohlídky věcí odsouzených,

h) kontrolou zabráňovat vnášení a držení nepovolených věcí odsouzenými, například drog, alkoholu, náradí, bodných a sečných zbraní, mobilní telekomunikační techniky, telekomunikační a radiokomunikační techniky, záznamové a výpočetní techniky,

i) zajišťovat přípravu odsouzených k eskortám, k přerušení nebo propuštění z výkonu trestu.

(3) Dozorce 2. třídy při výkonu služby na stanovišti v oddělení výkonu kázeňských trestů a krizovém oddělení je povinen zejména

a) převzít při nástupu do výkonu služby klíče od cel, prověřit zda jsou všechny cely řádně uzamčeny, prověřit spojovací a signálně zabezpečovací prostředky,

b) převzít fyzicky všechny odsouzené umístěné v celách, mít stále přehled o odsouzených, kteří jsou mimo cely a vědět, kde se nacházejí,

c) provádět nepravidelně, nejméně jednou za jednu hodinu, kontrolu cel, přičemž zvýšenou pozornost věnovat odsouzeným, nově přibylým a umístěným jednotlivě,

d) kontrolovat úplnost a správnost vyplnění Rozhodnutí o uložení kázeňského trestu provést důkladnou osobní prohlídku odsouzeného, kontrolu potvrzení o zdravotní způsobilosti k výkonu kázeňského trestu a zajistit převlečení odsouzeného do určeného oděvu,

e) zajistit odebrání věcí, které odsouzený nesmí mít u sebe, vyhotovit jejich seznam a věci uložit na stanovené místo,

f) poučit odsouzeného o právech a povinnostech při výkonu kázeňského trestu a seznámit jej s provozním řádem oddělení,

g) nepřipustit nedovolené styky mezi odsouzenými, kontrolovat průběžně stanovený pořádek a kázeň, dodržovat stanovené zásady bezpečnosti při vstupu do cely, zajišťovat výdej stravy a koupání odsouzených, zajišťovat v určené době a ve vymezeném prostoru vycházky, plnit povinnosti vyplývající s vnitřního předpisu upravujícího samostatné ubytování odsouzeného 1) .

(4) Dozorce 2. třídy na vnějším nebo vnitřním pracovišti je povinen zejména

a) převzít v případě vnějšího pracoviště od vrchního inspektora strážní služby početně i jmenovitě odsouzené, a to v případě že není na pracoviště velen velitel eskorty; přesvědčit se, zda jsou ve štítkovnici uvedena jména a příjmení odsouzených, rok narození, konec výkonu trestu, zákonné ustanovení označující trestný čin, pro který byli odsouzeni a vyznačena též jejich nebezpečnost,

b) zajistit provedení všech stanovených prohlídek odsouzených, vozidel a pracoviště, není-li na pracoviště velen velitel eskorty,

c) určit dle pokynů pracovníka organizace nebo podnikatelského subjektu odsouzené na pracovní úseky, nebo místa a mít o nich trvalý přehled,

d) spolupracovat úzce s velitelem eskorty při zajišťování bezpečnosti pracoviště; není-li na pracoviště velen velitel eskorty, přiměřeně plnit jeho povinnosti,

e) provádět soustavně kontrolu kázně, pořádku a pracovní morálky odsouzených, nedovolit, aby se odsouzení vzdalovali bez ohlášení ze svých pracovních úseků nebo míst,

f) znát a umět navázat spojení s operačním střediskem pomocí radiostanice nebo telefonem, udržovat stanovenou součinnost,

g) je-li na pracoviště dovážena strava, zajišťovat její výdej, zabránit nedovoleným stykům odsouzených s nepovolanými osobami,

h) provádět na pracovišti nepravidelné preventivní početní prověrky stavu odsouzených. V případě odjezdu vozidla z pracoviště s nepřehledným nákladem provést vždy fyzickou prověrku stavu odsouzených.

#### (5) Dozorce 2. třídy na vnějším nestřeženém pracovišti je povinen zejména

a) převzít od vrchního inspektora strážní služby jmenovitě i početně odsouzené a dbát na to, aby ve štítkovnici byla uvedena jména a příjmení odsouzených, rok narození, konec výkonu trestu a zákonné ustanovení označující trestný čin, pro který byli odsouzeni,

b) provádět před odjezdem na pracoviště důkladnou osobní prohlídku minimálně u 10% z počtu pracovní čety odsouzených, nejméně však u 4 odsouzených a prohlídku motorového vozidla,

c) vymezit odsouzeným před započítáním práce prostor, ve kterém se mohou pohybovat, dbát aby se bez ohlášení nevzdalovali a nenavazovali nedovolené styky s nepovolanými osobami,

d) provádět nepravidelně fyzickou početní prověrku stavu odsouzených při plnění pracovních povinností v intervalech stanovených právním předpisem 2) , vyšší četnost kontrol stanoví odpovědný funkcionář podle charakteru pracoviště, o kontrole provést neprodleně zápis do Knihy průběhu služby,

e) hlásit operačnímu středisku věznice závažné poruchy, které by mohly mít za následek vznik mimořádné události, podávat návrh na odvolání odsouzeného z nestřeženého pracoviště v odůvodněných případech,

f) spolupracovat úzce s příslušnou organizací nebo podnikatelským subjektem a plnit úkoly související s pracovní aktivitou programu zacházení odsouzených.

### Čl.14

#### Dozorčí stanoviště

(1) Dozorčí stanoviště je místo nebo úsek určený "Plánem střežení", na němž je vykonávána dozorčí služba.

(2) Podle druhu a způsobu obsazování dozorčích stanovišť rozeznáváme tato stanoviště

a) vnější,

b) vnitřní,

c) pevná,

d) pohyblivá,

e) stálá,

f) dočasná.

(3) Druh, počet a rozmístění dozorčích stanovišť stanoví ve věznici ředitel příslušné věznice rozpisem dozorčích stanovišť. Stanovené počty, zásady a rozmístění jednotlivých dozorčích stanovišť nelze bez souhlasu ředitele věznice rušit ani měnit.

(4) Rozpis dozorčích stanovišť a dokumentace pro dozorčí službu je v jednom vyhotovení uložena u vedoucího oddělení, v jednom vyhotovení u vrchního inspektora strážní služby a v jednom vyhotovení zaslána odboru výkonu vazby a trestu generálního ředitelství Vězeňské služby.

(5) Při rozhodování o druhu, počtu a rozmístění dozorčích stanovišť se přihlíží zejména

a) k typu věznice,

b) k umístění a rozloze střeženého objektu, přilehlé zástavbě, komunikacím a členitosti terénu,

c) ke stavebně technickému zabezpečení a využívaným technickým prostředkům, spojovacím a signálně zabezpečovacím prostředkům.

(6) Dozorčí dokumentace musí být pravidelně porovnávána se skutečnou situací střeženého objektu a musí vždy této situaci odpovídat. Veškerou dozorčí dokumentaci schvaluje ředitel příslušné věznice.

## Čl.15

### Příprava k výkonu služby a rozdělení

(1) Rozdělení dozorčí směny se provádí zpravidla společně se strážní směnou. Rozdělení jednotlivých směn může být prováděno samostatně na základě rozhodnutí ředitele věznice.

(2) Rozdělení provádí příslušný vrchní inspektor strážní služby, inspektor strážní služby a v případě samostatného rozdělení dozorčí služby inspektor dozorčí služby.

(3) Rozdělení dozorčí směny se dělí na

a) přípravu k výkonu služby,

b) rozdělení směny.

## Čl.16

### Střídání dozorčích směn

(1) Střídání dozorců na dozorčích stanovištích se provádí po rozdělení směny. Zavádění a střídání provádí inspektor dozorčí služby, popřípadě pověřený dozorce 3) .

(2) Po převzetí dozorčího stanoviště hlásí dozorce převzetí stanoviště inspektorovi dozorčí služby nebo určenému dozorcí 4) .

(3) Po vystřídání dozorčích stanovišť vyhodnotí vrchní inspektor strážní služby, v případě samostatného rozdělení dozorčí služby inspektor dozorčí služby na určeném místě výkon služby.

---

- 1) Nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 47/2005 o samostatném ubytování osob ve výkonu trestu odnětí svobody.
- 2) § 52 odst. 3 , § 53 odst. 5 vyhlášky Ministerstva spravedlnosti č. 345/1999 Sb. , kterou se vydává řád výkonu trestu odnětí svobody.
- 3) § 69 odst. 1 nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 11/2006 o vězeňské a justiční stráží.
- 4) § 69 odst. 2 nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky č. 11/2006.



**Dotazník použitý při realizaci průzkumu****Vážené kolegyně a kolegové**

Chtěla bych Vás poprosit o spolupráci na průzkumu, který je součástí mé bakalářské práce na téma „Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků ve věznicích České republiky“. Jsem také zaměstnankyní VS ČR a tak vím, v jak náročných podmínkách svou profesi vykonáváte. Prosím Vás tedy o vyplnění mého dotazníku a předem Vám děkuji za Váš drahocenný čas a ochotu.

Dotazník je anonymní a veškeré poskytnuté údaje budou zpracovány kvantitativně, statisticky a použity pouze pro potřeby bakalářské práce.

Vámi zvolenou odpověď prosím zakroužkujte.

DOTAZNÍK I.ČÁST	
<b>POHLAVÍ :</b>	1. žena 2. muž
<b>VĚK :</b>	1. méně než 30 2. 30 – 40 3. 40 – 50 4. 50 a více
<b>V POMÁHAJÍCÍ PROFESI PRACUJETE:</b>	1. méně než 5 let 2. 5 – 10 let 3. 10 a více let
<b>NA SOUČASNÉ POZICI PRACUJETE :</b>	1. méně než 5 let 2. 5 – 10 let 3. 10 a více let
<b>JAKÉ MÁTE VZDĚLÁNÍ :</b>	1. STŘEDOŠKOLSKÉ 2. VYSOKOŠKOLSKÉ
<b>V JAKÉM TYPU VĚZNICE PRACUJETE :</b>	1. Vazební věznice 2. Věznice

**1. Jsem unaven(á).**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**2. Jsem v depresi (tísni).**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**3. Prožívám krásný den.**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**4. Jsem tělesně vyčerpán(a).**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**5. Jsem citově vyčerpán(a).**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**6. Jsem šťasten(ná).**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**7. Cítím se zničen(á).**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**8. Nemohu se vzchopit a pokračovat dále.**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**9. Jsem nešťastný(á).**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**10. Cítím se uhoněn(á) a utahán(á).**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**11. Cítím se jako by uvězněn(á) v pasti.**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**12. Cítím se jako bych byl(a) nula (bezcecný-á).**

nikdy	jednou za čas	zřídka kdy	někdy	často	obvykle	vždy
-------	---------------	------------	-------	-------	---------	------

**13. Cítím se utrápen(á).**

nikdy      jednou za čas      zřídka kdy      někdy      často      obvykle      vždy

**14. Tíží mne starosti.**

nikdy      jednou za čas      zřídka kdy      někdy      často      obvykle      vždy

**15. Cítím se zklamán(á) a rozčarován(á)**

nikdy      jednou za čas      zřídka kdy      někdy      často      obvykle      vždy

**16. Jsem slab(á) a na nejlepší cestě k onemocnění.**

nikdy      jednou za čas      zřídka kdy      někdy      často      obvykle      vždy

**17. Cítím se beznadějně.**

nikdy      jednou za čas      zřídka kdy      někdy      často      obvykle      vždy

**18. Cítím se odmítnut(a) a odstrčen.**

nikdy      jednou za čas      zřídka kdy      někdy      často      obvykle      vždy

**19. Cítím se pln(á) optimismu.**

nikdy      jednou za čas      zřídka kdy      někdy      často      obvykle      vždy

**20. Cítím se plný(á) energie.**

nikdy      jednou za čas      zřídka kdy      někdy      často      obvykle      vždy

**21. Jsem plný(á) úzkosti a obav.**

nikdy      jednou za čas      zřídka kdy      někdy      často      obvykle      vždy

Děkuji Vám za ochotu a Váš čas

## PŘÍLOHA č.8

### Vyřazená baterie otázek z dotazníku k průzkumu

1. Jako pracovník VS máte jistá omezení vycházející ze specifík práce s danou klientelou, vnímáte je jako omezující?	a) ANO b) NE
2. Máte dostatek prostoru pro kreativitu , např. při volných programech zacházení které vedete?	a) ANO b) NE
3. Máte dostatek prostoru k přímé práci s klienty?	a) ANO b) NE
4. Jste zatíženi administrativou více než je třeba?	a) ANO b) NE
5. Máte kladnou zpětnou vazbu od klientů? ( pocit uspokojení, smysluplnost práce)	a) ANO b) NE
6. Stává se Vám, že jsou k Vám klienti hrubí, vulgární?	a) ANO b) NE
7. Vnímáte vaše pracovní prostředí ( myšlena věznice, ne pracovna), jako depresivní či klaustrofobii?	a) ANO b) NE
8. Absolvujete v rámci profesního růstu specializační kurzy pořádané VS ČR?	a) ANO b) NE
90. Máte ve vaší věznici rozdělenou práci podle specializace (každý zpracovává jinou část administrativy, např. občanské průkazy, jiný důchody) ?	a) ANO b) NE

**Česká republika**  
**Vězeňská služba České republiky**  
Institut vzdělávání Vězeňské služby ČR Stráž pod Ralskem

Číslo v třídním výkazu: 13

# OSVĚDČENÍ

O ABSOLVOVÁNÍ ŠKOLICÍ AKCE V DĚLCE TRVÁNÍ 24 HODIN

## Další vzdělávání sociálních pracovníků

podle zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb., ve znění pozdějších předpisů,  
§ 111 odstávce 3, písmena d)

Titul, , jméno, příjmení:

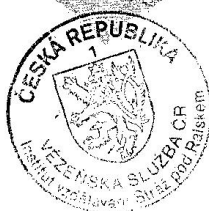
Služební číslo:

Organizační jednotka:

*Vázební věznice Liberec*

*09/37*

*Květuše Sluková*  
Mgr. Květuše Sluková  
vedoucí kurzu



*Reditel IV VS ČR*  
Ředitel IV VS ČR

Ve Stráži pod Ralskem dne 20.11.2009

### **Obsahové zaměření kurzu:**

- zákon o sociálních službách
- zákon o rodině, základy nového trestního zákona
- separační fáze v rámci vývoje jedince

